

## 元気！いきいき！！マイ・ライフプラン 試行意見まとめ

## 1. 対象者（計14名）

- (1) 年齢：70歳代 9名、80歳代 4名、90歳代1名
- (2) 性別：男性3名、女性11名
- (3) 要介護度：特定高齢者 7名、要支援 7名

## 2. 意見まとめ

## (1) 対象者の意見・様子

- ・今のケアプランは、自分のことを書いてもらい、ありがたいと思っているが、見直すことはほとんどない。目標も一緒に考えているが、評価と言われても自分の目標が何かも忘れている。
- ・全体への説明で、一通り記載できていた。現時点で、必要なところだけ埋めておられた。

## (2) 委員の意見

## ①対象者の様子

- ・ご自身で記入していただいたことで、「よく頑張っているな」と新たに気付かされたことがあった。
- ・目標や方法がケアマネジャーからの誘導ではなく、本人が自ら記入されたことが良かった。
- ・助言しながら記入していただいた。歩行不安定で閉じこもり気味の生活を送られているが、ご本人は課題意識が低く、現状に満足されている印象。ご自身の生活を振り返り、目標を自らの文字にすることで意欲が湧いてきたと笑顔がみられた。また、具体的な活動を引き出すこともできた。やりたいことが明確であれば、ある程度生活意欲も増し、自立支援につながると改めて感じた。
- ・言葉の意味が解らず、一人では書けない。
- ・リウマチ、麻痺等でご本人による記入が困難な場合は、ご本人の話を聞き取り、代筆が必要。
- ・記入に要する時間は、実際に必要と思われる時間より長くなる。1回では記入しきれない方もいると思われる。
- ・右3項目（目標など）の記載が難しい。目標を「現状維持」と回答され、ニーズや具体的な方法を埋めるのが難しい。
- ・特定高齢者の方には、記入する項目のイメージがつきにくい印象であった。

## ②様式について

- ・課題という文言が出てこないのは良かった。
- ・簡略様式といっても、ケアマネジメントのプロセスは必要。
- ・縦書き様式を検討してはどうか。
- ・C（現状）→A（課題）→P（目標）→D（方法 ①本人 ②他者）
- ・言葉を読みやすく、できるだけ解りやすい言葉にし、補足を記載。
- ・（マイ・ライフプラン）  
課題は、現状に含まれていたり希望に含まれていることが多いため、課題枠は省略する。本人が課題と考えて自ら記載する内容は、難しい内容としてまとめた方が理解しやすい。
- ・（実行・支援計画表）  
実行・支援期間は評価期間と重複するため省く。  
実行・支援計画表を「元気！いきいき！！マイ・ライフプラン」とする。

「②ご自身で行う～」は、支援者が記載するので「セルフケアや家族の支援・インフォーマルサービス」のままでよい。

### ③ その他

- ・現状はご自身のプランになっていないと思われる（プランの必要性が乏しい）。プランはご自身のものであり、介護予防として捉えて行動してもらえる働きかけが必要。
- ・全体に一斉に説明しても、質問せずに埋める方もあれば、行政への要望（公共交通機関の充実など）を記載される方もおられた。