

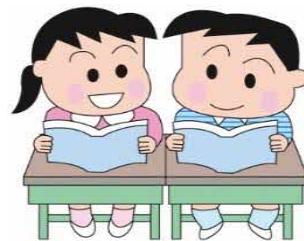
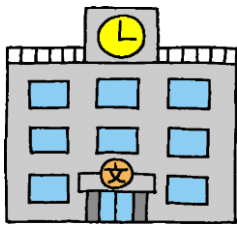
学齡期

【基本のファイル】

目次

願いなど・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 〈基本〉学-1
生活シートNo.1（記入のポイント）・・・・・・ 〈基本〉例・学-2
生活シートNo.1・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 〈基本〉学-2
生活シートNo.2（記入のポイント）・・・・・・ 〈基本〉例・学-3
生活シートNo.2・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 〈基本〉学-3

※より詳しく記入できる「付録ファイル」があります。
必要に応じてご利用ください。



○ 個別の教育支援計画、個別の指導計画なども一緒に綴っておきましょう。



記入者		
相談支援 専門員	氏名	
	事業所	
	電話	
協力者	氏名	
	連絡先	

記入日（ 年 月 日）

願 い など

ほんにん おも
本人の思い

ほごしや ねが
保護者の願い

ちやうしょ
長所（こんないいところがありますなど）

課題（がんばってほしいことなど）

生活シート【基本のファイル】No.1 ～記入のポイント

* 〈付録〉には、より詳細な記入様式がありますので必要に応じてご利用ください。

氏名	「呼び名」は、お子さんの名前を呼ぶときに、いつもどのように声をかけているかを記入します。	
長所	お子さんのよいところ、得意なことなどを記入します。	
保護者の 願 意	こんな子になってほしいと思うこと、今日標としていること、ご家族でこんなところが伸びてほしいと話していることなどを記入します。	
薬	長期的に服薬する予定のものがあるときに記入します。また、一時的なものや薬の詳細は、フェイスファイルの「医療情報シート」に記入します。	
食事	かみ方、飲み込み方で気をつけていることや介助時に気をつけていることを記入します。また、一人で食べることはできるけれど、特定の食物のときには気をつけているということがあれば、記入します。	
	アレルギーなどで、絶対に食べさせてはいけないものを記入します。	
	外食時に選びやすい店やメニュー、ふりかけやマイスプーンなど、これがないと食べないというもの、座りやすい椅子、これまでに危険だった経験などを記入します。また、外食が難しい場合、いつからどんなことがあって難しいのかを記入します。	
着脱衣	どのような手助けや見守りが必要であるか、嫌いな服や着せ方があるか、帽子や靴下を嫌うか、くつを左右反対に履きたがるかなど、気をつけていることや癖などを記入します。	
排泄	排尿、排便を言葉や合図等で伝えるなど、何らかの予告があるか、排尿・排便時に気をつけていることやどのように支援するとできるかを記入します。また、「その他、注意してほしいこと」には、体の機能的なこと、特に注意していることなどを記入します。	
睡眠	就寝時の癖、寝つきやすい方法、安心するための持ち物、光の加減、好みのシーツや掛け布団の柄や重さなどを記入します。	
身 だ し な み	入浴 洗面 歯磨き 爪切り 生理 髭剃り等	必要な手助けや見守りの方法、気をつけることは何かなどを記入します。
遊 び 趣 味	家の内外でしている遊びの内容、公園の遊具や道具の使い方の様子、好きなこと、嫌いなことなどを記入します。また、必要な手助けや見守りの方法を記入します。	
移 動	初めての場所に行くときや道路を歩くときなどの様子、通学時の手助けや見守りの方法、交通機関を利用するときの注意点などを記入します。	

学齡期 生活シート【基本のファイル】 No.1 記入日（ 年 月 日）

氏名	ふりがな		呼び名	年齢 歳	通っているところ	学校
長所						
保護者の願 意						
健康・体調	疲れやすい・かぜをひきやすい・運動制限あり・アトピー・寒がり・暑がり・水分補給が必要・汗が出にくい・高い熱が出やすい・トイレが近い・その他（視力、聴こえなど）			薬	種類：	
					時間：	
食 事	食形態	ペースト・きざみ食・一口大・普通食・その他（ ）				
	好きな食べ物					
	嫌いな食べ物					
	食べてはいけない物					
	外食時に選びやすいメニューなど					
	注意してほしいこと					
着脱衣	衣服の着脱	ひとりでできる・少し手伝ってほしい・手伝ってほしい				
	注意してほしいこと					
排 泄	排 尿	排尿	ひとりでできる・少し手伝ってほしい・手伝ってほしい			
		予告				
		支援方法				
	排 便	排便	ひとりでできる・少し手伝ってほしい・手伝ってほしい			
		予告				
		支援方法				
	オムツ等の有無	有・無				
その他、注意してほしいこと						
睡 眠	寝るときの癖など					
	目覚め方					
	就寝時刻：	時頃	起床時刻：	時頃		
身 だ し な み	入浴	支援方法				
	洗面 歯磨き	支援方法				
	爪切り	支援方法				
	生理	支援方法				
	髭剃り等	支援方法				
趣 遊 味 び	遊びの様子					
	支援方法					
移 動	移動の様子					
	交通機関の利用					
	通学					
	注意してほしいこと					

生活シート【基本のファイル】No.2 ～記入のポイント

* 〈付録〉には、より詳細な記入様式がありますので必要に応じてご利用ください。

好きなこと・苦手なこと	好きなタイプの人	男性、女性、若い人、声の大きい人、ダイナミックで荒っぽく遊んでくれる人、車に乗せてくれる人など、好きなタイプの人、嫌いなタイプの人について記入します。
	苦手なタイプの人	
	集団での様子	学校・地域活動などでの大人や同級生とのかかわりの様子、集団活動の様子などを記入します。
	社会性	順番を守ること、約束を守ること、挨拶をすること、人に頼むことなど、社会のルールをどのように理解しているか、どのような手助けが必要であるかなどを記入します。
コミュニケーション	理解の仕方	言葉・文字・絵・写真・サイン・ジェスチャーなど、どのような方法で理解しているかを記入します。また、理解しやすくなるためにはどのような手助けが必要であるか、気をつけることは何かなどを具体的に記入します。
	表現の仕方	発語はなし・単語で要求を言う・2, 3語文を話す・会話をするなど表現の様子を記入します。また、言葉・文字・絵・写真・サイン・ジェスチャーなど、どのような方法で表現しているかを記入します。さらに、表現しやすくなるためにはどのような手助けが必要であるか、気をつけることは何かなどを具体的に記入します。
	ルールの理解	「店の物は勝手に食べない」, 「信号を守る」, 「順番を守れる」など
感覚	苦手なこと、イライラしてしまうこと、不安になっていることの原因ではないかと感じている音、感触、におい、触れられることなどについて記入します。例えば、大きな音がすると耳をふさぐ、ぬるぬるしたものは触らない、香水のにおいのするところは避けるなどを記入します。その他には、味覚のことなど項目に該当しないものについて記入します。	
こだわり	物を並べる、順番にこだわる、時間どおりでない気がすまない、手をヒラヒラさせる、ピョンピョン飛ぶ、いつも同じことを言うなどの具体的な様子、指示を書いて示す、他の活動に誘うなど、それに対する対処法、草・木を食べる、道路に飛び出すなど、安全上、特に配慮してほしいことを記入します。	
パニック	大声を出す、暴れる、動かなくなる、極度にボーッとしているなど、パニック時の具体的な様子、どのような場面、状態になるとパニックが起きやすいか考えられること、そのとき支援者がしたら良いこと、してはいけないこと、落ち着く場所や方法などを記入します。	

学齡期 生活シート【基本のファイル】 No.2 記入日 (年 月 日)

氏名	ふりがな		呼び名	年 齢	通っているところ	学校	
				歳			
好きなこと・苦手なこと	好きなタイプの人						
	苦手なタイプの人						
	集団での様子						
	社会性	社会のルールに関する理解					
支援方法							
コミュニケーション	理解の仕方	理解の様子					
		支援方法	単語・筆記・写真・絵カード・ジェスチャー・文字・具体物・その他 ()				
	表現の仕方	表現の様子					
		意思を伝える方法					
		支援方法					
	ルールの理解	理解の様子					
感覚	具体的な様子	音					
		感触					
		におい					
		触れられること	どんな触れられ方				
			体のどの部分?				
		その他					
こだわり	具体的な様子						
	対処法(配慮)						
	安全上の注意点						
パニック	具体的な様子						
	考えられること						
	対処法						

食事／着脱衣

食事	<p>●食形態等</p> <p>食形態：ペースト・きざみ食・一口大・普通食・その他（ ）</p> <p>自分で使える道具：箸・スプーン・フォーク・その他（ ）</p> <p>介助の必要：自分で食べる・少し手伝ってほしい・食べさせてほしい</p>
	<p>●好きな食べ物</p> <p>好きな食べ物（食材、メニュー、ご褒美に使える好きなお菓子など）</p>
	<p>●嫌いな食べ物、食べてはいけない物</p> <p>嫌いな食べ物（食材、メニュー、家では食べられるが場所や場面が変わると食べられないものなど）</p>
	<p>食べてはいけない物（食物アレルギーの有無・食材など）</p>
	<p>●外食</p> <p>外食時に選びやすいメニュー、メニューの選び方</p> <p>入りやすい店</p>
	<p>●その他注意してほしいこと、支援してほしいこと （食べ方の様子、好きな場所、食事のマナー、食事の終わりをどう伝えるかなど）</p>
着脱衣	<p>●衣服の着脱</p> <p>衣服の着脱：ひとりでできる・少し手伝ってほしい・手伝ってほしい</p> <p>衣服の選択：ひとりでできる・少し手伝ってほしい・手伝ってほしい</p> <p>衣服の調節：自分で調節できる・声をかけてほしい</p>
	<p>●その他注意してほしいこと、支援してほしいこと（衣服のこだわり、着る順番など）</p>

排泄／睡眠

排泄	<p>●排尿</p> <p>排尿：ひとりでできる・少し手伝ってほしい・手伝ってほしい 予告：自分で予告する・誘ってほしい 排尿のリズム： 時間毎 オムツ等の使用： 有 ・ 無 具体的な支援方法</p>
	<p>●排便</p> <p>排便：ひとりでできる・少し手伝ってほしい・手伝ってほしい 予告：自分で予告する・誘ってほしい 排便のリズム： 時間毎 オムツ等の使用： 有 ・ 無 具体的な支援方法</p>
	<p>●その他注意してほしいこと、支援してほしいこと</p>
睡眠	<p>●睡眠</p> <p>就寝時刻： 時 分頃 起床時刻： 時 分頃 睡眠時間：約 時間</p> <p>夜起きる、夜泣き、夜尿起こしなど</p>
	<p>●寝具へのこだわり</p> <p>寝具へのこだわり：こだわりがとてもある・少しある・ほとんどない</p>
	<p>●寝るときの癖など （本を読む、何か持って寝る、添い寝が必要あるいはない方がよいなど）</p>
	<p>●朝の目覚め方 （静かに起こされる方がよいなど起きる際に配慮してほしいことなど）</p>

身だしなみ／遊び・趣味	
身 だ し な み	<p>●入浴</p> <p>入浴のとき：ひとりで入れる・見守りが必要・少し手伝ってほしい・全部手伝ってほしい</p> <p>支援方法</p>
	<p>●洗面・歯磨き</p> <p>洗面のとき：ひとりでできる・見守りが必要・少し手伝ってほしい・全部手伝ってほしい 歯磨きのとき：ひとりでできる・見守りが必要・少し手伝ってほしい・全部手伝ってほしい</p> <p>支援方法</p>
	<p>●爪切り</p> <p>爪切りのとき：ひとりでできる・見守りが必要・少し手伝ってほしい・全部手伝ってほしい</p> <p>支援方法</p>
	<p>●生理の手当て</p> <p>開始時期 才 月 日頃 周期・日数 おおよそ 日周期 ・ 不順 その他（生理痛・量・生理用品など） 生理のとき：ひとりでできる・見守りが必要・少し手伝ってほしい・全部手伝ってほしい</p> <p>支援方法</p>
	<p>●その他：散髪・髭剃り・化粧など</p>
遊 び ・ 趣 味 な ど	<p>●余暇の過ごし方、好きな遊び</p> <p>家の外での遊びの様子（遊びの内容、公園遊具や道具の使用、ひとりで遊ぶこと、ポーリング等の靴のサイズなど）</p> <p>家の中での遊びの様子（遊びの内容、道具の使用、ひとりで遊ぶことなど）</p> <p>好きなことについて（好きなこと、好きなもの、興味のあることなど）</p> <p>嫌いなことについて（嫌いなこと、嫌いなもの）</p> <p>支援方法</p>

移動／感覚

移動	<p>●移動等</p> <p>移動の様子（初めての場所に行くとき，路を歩くときなどの様子）</p> <p>交通機関の利用（交通機関を利用するときの注意点など）</p> <p>通学：ひとりでできる・友だちや兄弟姉妹と一緒にできる・おとなが付き添う</p>
	<p>●その他注意してほしいこと，支援してほしいこと</p>
	<p>●感覚面の特性，留意すること</p> <p>具体的な様子（音，見えるもの，感触，匂い，味，運動，触れること（好き・嫌い，触れられる部位）など）</p>
感覚	

人との関わり／コミュニケーション

人との関わり・集団の中で	●大人との関係
	好きなタイプの人
	苦手なタイプの人
	知らない人（極端に怖がる、知らない人でも平気で話しかけていくなど）
	●同年齢の子どもとの関係
	好きなタイプの人
苦手なタイプの人	
●集団での様子（学校・地域活動での様子など）	
●社会性	
社会のルールに関する理解	
支援方法	
コミュニケーション	●理解の仕方
	理解の様子：言葉で言う・文字で書く・絵や写真があると分かりやすい・マカトンサインなどのサインやジェスチャー・使用する具体物を見せる
	支援方法
	●表現の仕方
	表現の様子：発語無し・要求言語は言える・2、3語文は話せる・会話が出来る
	意思を伝える方法：単語で伝える・紙に書く・写真や絵カードを見せる・ジェスチャーを使う
困ったとき、援助が求められますか：はい・いいえ	
わからないことを質問することができますか：はい・いいえ	
支援方法	

こだわり／パニック

こだわり	<p>●こだわっていること・物、癖</p> <p>具体的な様子（物を並べる、順番にこだわる、時間どおりでないと気がすまない、手をヒラヒラさせる、ピョンピョン跳ぶ、いつも同じことを言う（口癖）など）</p> <p>対処法（それに対する配慮）</p>
	<p>●安全上の注意点（靴をなめる、草・木を食べる、水に飛び込む、道路に飛び出すなど、安全上、特に配慮してほしいこと）</p>
パニック	<p>●ちょっとイライラしているかな？というとき、不安なとき</p> <p>具体的な様子（不安やイライラすると現れる行動）</p> <p>考えられること（どんなときにそうなるのか考えられること）</p> <p>対処法（そのとき支援者がしたら良いこと、してはいけないこと）</p>
	<p>●パニック</p> <p>具体的な様子（大声を出す、暴れる、動かなくなる、極度にボーッとしているなど）</p> <p>考えられること（どのような場面、状態になるとパニックが起きやすいか考えられること）</p> <p>前兆（パニックを起こす前にする行動について）</p> <p>対処法（そのとき支援者がしたら良いこと、してはいけないこと、落ち着く場所や方法など）</p> <p>日常的なパニックの頻度（日ごろ家庭でパニックを起こしている割合）</p>

記入日（ 年 月 日）

日常生活

	生活のリズム（ 曜日）	生活のリズム（ 曜日）	
0時			0時
1時			1時
2時			2時
3時			3時
4時			4時
5時			5時
6時			6時
7時			7時
8時			8時
9時			9時
10時			10時
11時			11時
12時			12時
13時			13時
14時			14時
15時			15時
16時			16時
17時			17時
18時			18時
19時			19時
20時			20時
21時			21時
22時			22時
23時			23時

記入日（ 年 月 日）

1週間の過ごし方							
	月	火	水	木	金	土	日
午前							
午後							

1年間の予定など	1年間の予定や行事を記入しましょう！！
4月	
5月	
6月	
7月	
8月	
9月	
10月	
11月	
12月	
1月	
2月	
3月	

健康・医療

●緊急時の注意点 （例） 喘息などの重度の持病がある場合の注意点、ケガをしたときに医師へどのように本人のことを伝えるか、本人にどのように治療のことを伝えるかなど

●てんかんについて （例） てんかんの発作の有無、具体的な発作の状況、それに対する対処など

てんかん発作の有無 : なし ・ あり

発作が起きたときの症状

発作が起きたときの対応

その他

●その他注意してほしいこと、支援してほしいこと

健康・医療

●睡眠のパターンについて （例） 睡眠時間、夜起きるなど

起きる時間：決まっていない・決まっている（ 時頃）

寝る時間：決まっていない・決まっている（ 時頃）

睡眠状況：安定してぐっすり眠れる・不眠がある（時々・よくある）・昼夜逆転がある

その他

●二次障がいの有無について （例） うつの症状、フラッシュバックなど

導入時の年齢 (歳) 交付自治体 () 記入日 (年 月 日)

補装具等 (※可能であればリハビリの先生等に記入してもらうことが望ましいでしょう。)

記入者	所属		職名	
	氏名		連絡先	
機器等の種類		補装具 ・ 日常生活用具 ・ 自助具 ・ その他 ()		
機器等の名称				
納入者	所属		職名	
	氏名		連絡先	

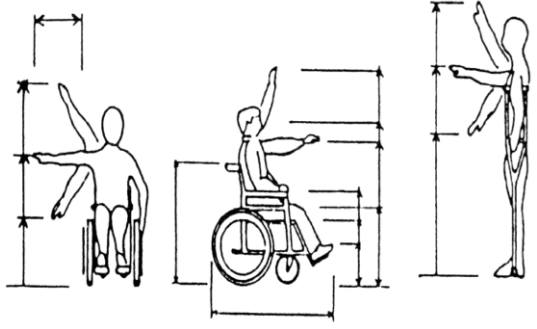
導入の目的

導入までの経過

申請日 年 月 日 判定日 年 月 日 交付日 年 月 日 耐用年数 年

操作方法・留意事項

寸法等



※支援・補助内容等を記載
必要に応じて、機器等の写真を貼付

記入日（ 年 月 日）

その他（ページ内に書ききれない場合に利用してください）

各項目で書ききれなかったこと、その他記録しておきたいこと、お世話になった人や感謝している人のこと等について記入してみましょう。

記入日（ 年 月 日）

しょうらいのきぼう
将来の希望
 そつぎょうご しょうらい む じゅんび かんが きにゆう
 卒業後や将来に向けて準備していること、考えていることを記入しましょう。

きにゆうじねんれい 記入時年齢	さい 歳	記入日（ 年 月 日）
生活の場	自宅 ・ グループホーム ・ 入所施設 ・ ひとり暮らし その他（ ）	
例) ・ 親が元気なうちは自宅で生活する。週末はサービスを利用して余暇を過ごす。 ・ 仲間とグループホームで生活し、週末は親の家で過ごす。グループホームから通勤する。		取 組 例) ・ 低学年からサービスの利用を始め、少しずつ慣れさせる。 ・ 地域のグループホームの情報を集める。

仕 事	企業就労 ・ 福祉就労 その他（ ）	
例) ・ フルタイムで働き、納税者になる。 ・ 自分のペースで働き、働く人になる。		取 組 例) ・ 家での手伝い。 ・ 挨拶の習慣をつける

余 暇 （趣味・特技・習い事）	
例) ・ 得意な絵を続け、入選を目指す。 ・ スイミングで体力づくりをし、大会に出る。 ・ ひとりで過ごすことができる。	
取 組 例) ・ スイミングスクールに通う。 ・ 地域の子供会行事に参加する。 ・ 好きな本やDVDを選ぶ。	

記入日（ 年 月 日）

訓練・体験・実習の記録
 職業訓練，職場体験（実習）などの履歴を記入しましょう。

体験・訓練の期間 年 月 ～ 年 月 日間	実習先
体験した学年 年生	TEL 担当者（ ）
現地までの移動手段	
仕事や作業の内容・特記事項 （例）お菓子の袋詰めなど	
支援機関： 担当者（ ）	

体験・訓練の期間 年 月 ～ 年 月 日間	実習先
体験した学年 年生	TEL 担当者（ ）
現地までの移動手段	
仕事や作業の内容・特記事項	
支援機関： 担当者（ ）	

体験・訓練の期間 年 月 ～ 年 月 日間	実習先
体験した学年 年生	TEL 担当者（ ）
現地までの移動手段	
仕事や作業の内容・特記事項	
支援機関： 担当者（ ）	

体験・訓練の期間 年 月 ～ 年 月 日間	実習先
体験した学年 年生	TEL 担当者（ ）
現地までの移動手段	
仕事や作業の内容・特記事項	
支援機関： 担当者（ ）	

余暇活動や習い事の記録

学校、塾、放課後児童クラブ、サークル活動など、習い事の経験などを記録しておきましょう。

教室等名称	内容
	参加状況など
利用期間・学年 年生 ～ 年生 年 月～ 年 月	

教室等名称	内容
	参加状況など
利用期間・学年 年生 ～ 年生 年 月～ 年 月	

教室等名称	内容
	参加状況など
利用期間・学年 年生 ～ 年生 年 月～ 年 月	

教室等名称	内容
	参加状況など
利用期間・学年 年生 ～ 年生 年 月～ 年 月	

教室等名称	内容
	参加状況など
利用期間・学年 年生 ～ 年生 年 月～ 年 月	

記入日（ 年 月 日）

資格・免許の取得、表彰・顕彰について	
取得年月日	内 容
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	
年 月 日	

社会体験活動歴	
参加した行事・ボランティア活動などを記入しましょう	
活動日	参加した行事・活動内容
年 月～ 年 月	(例) 地域の資源回収活動、清掃活動など
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	
年 月～ 年 月	

記入日（ 年 月 日）

相談・支援の記録

基本的には保護者・本人が記入しますが、できる範囲で関係機関の方へも協力をお願いしましょう。

相談年月日	年 月 日 ～ 年 月 日		
相談機関名			
住所・電話	TEL		
担当者名		記入者名	
相談内容			
支援内容			
その他	※支援を受けた結果や感想など		
継続	・ 次回相談日 年 月 日（担当者 ）		
または	・ 相談終了		
終了	・ その他		
※必要に応じて、この用紙をコピーして追加しましょう。			

対話の始まり（夢の語り合い）のページ

記入日： 年 月 日

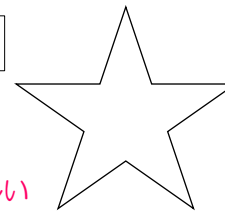
子どもの夢や夢が実現した時の
気持ちを語り合いメモする

保護者（家族）と学校の教師・支援者などが
気軽に本人の夢（めざしたい姿）と今を話し合い、
記入しながら、同じ目線で子どもの夢の実現を
めざすためのシートです。

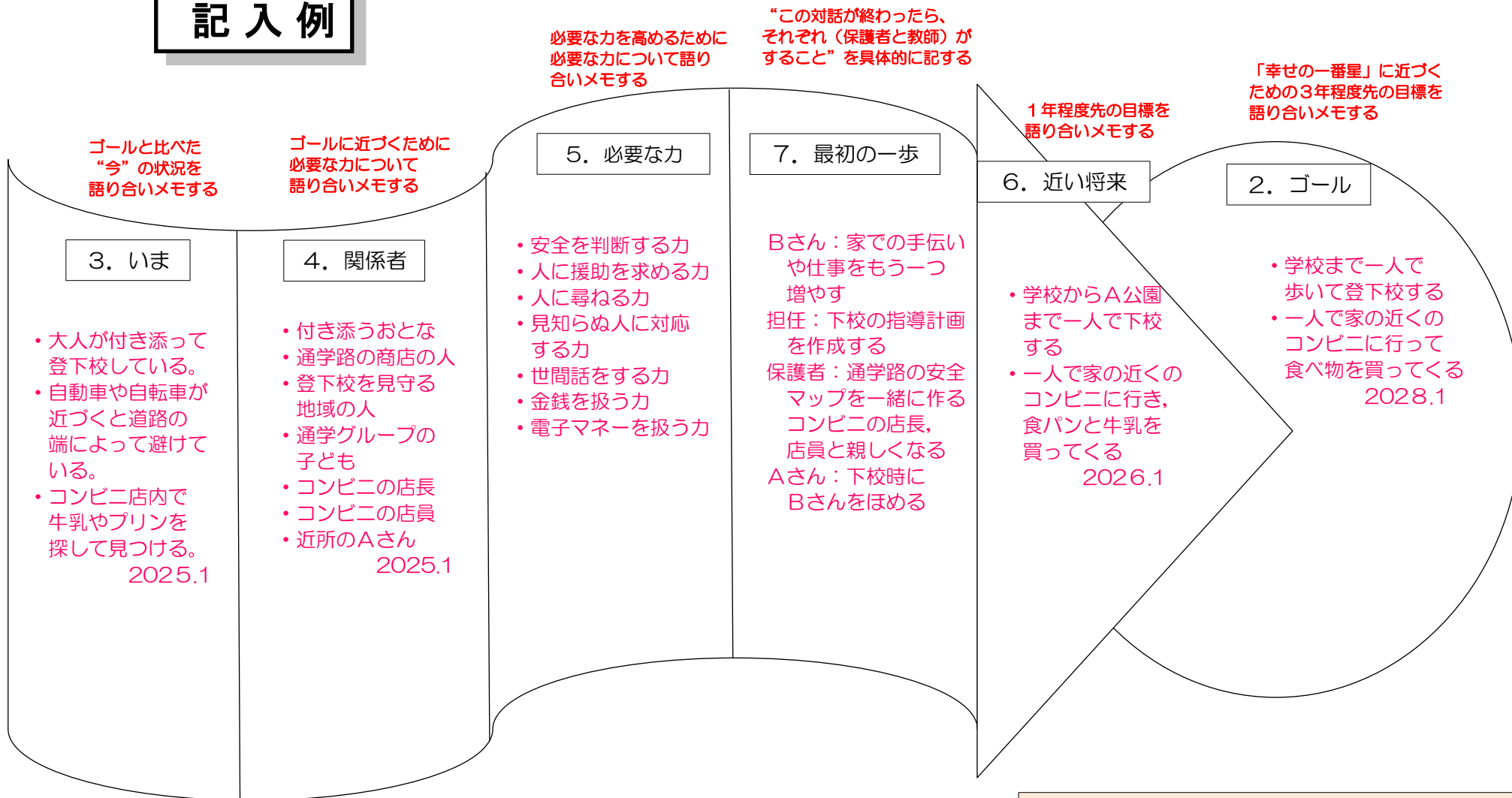
もっと美味しいパン
を作りたいと思う

1. 幸せの一番星

パン屋に勤めて、
美味しいパンを作る
美味しいと言われてうれしい



記入例



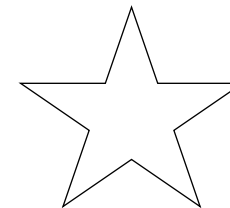
参考：独立行政法人国立特殊教育総合研究所（2002）知的障害養護学校における個別の指導計画とその実際に関する研究

※担任（支援者）が変わったら一緒に作成しましょう

対話の始まり（夢の語り合い）のページ

記入日： 年 月 日

1. 幸せの一番星



保護者（家族）と学校の教師・支援者などが
気軽に本人の夢（めざしたい姿）と今を話し合い、
記入しながら、同じ目線で子どもの夢の実現を
めざすためのシートです。

3. いま

4. 関係者

5. 必要な力

7. 最初の一歩

6. 近い将来

2. ゴール

参考：独立行政法人国立特殊教育総合研究所（2002）知的障害養護学校
における個別の指導計画とその実際に関する研究

※担任（支援者）が変わったら一緒に作成しましょう