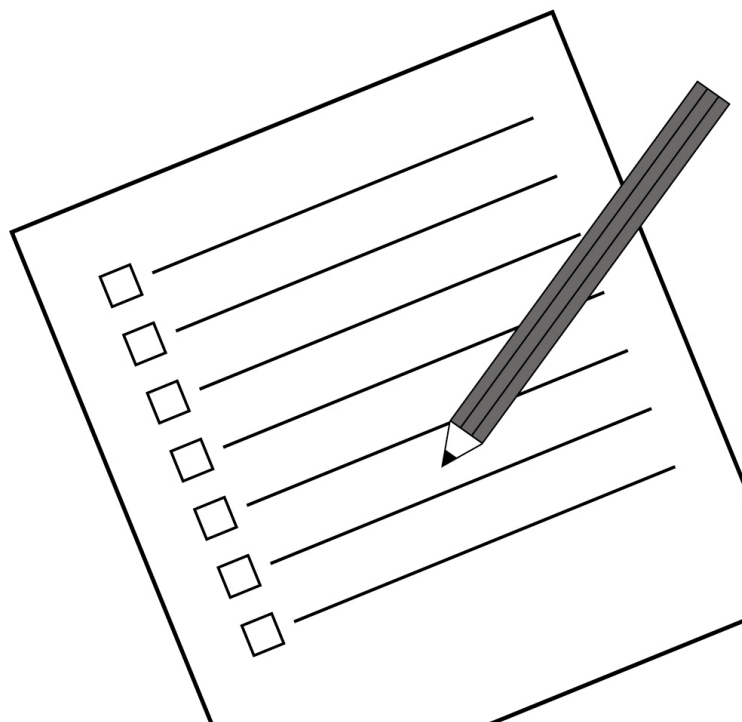


# 介護家族より ケアマネジャーに伝えたいこと



【介護家族より ケアマネジャーに伝えたいこと】用紙  
(公益社団法人 認知症の人と家族の会 愛知県支部版)

この用紙は、介護をしているあなたの体調や気持ち、考え方をケアマネジャーに知ってもらうためのものです。伝えたい事柄について記入し、それをもとに情報交換をし、家族みんなのよりよい生活づくりに役立てましょう。

1. 私が介護しているのは（該当するところに○）

- a. 配偶者／パートナー    b. 自分の親    c. 義理の親    d. 自分のきょうだい
- e. 自分の子ども    f. その他の親戚    g. 隣人・友人・知人

2. 私は、介護している人との人間関係について、次のように感じています  
（該当するところに○）。

①介護する前は

- a. よかった    b. まあよかった    c. 普通    d. あまりよくなかった    e. よくなかった

②現在は

- a. よい    b. まあよい    c. 普通    d. あまりよくない    e. よくない

3. 次の①、②について、私はこう考えています（該当するところに○）。

①介護のために自分の生活（仕事や学業、家庭や社会の役割）に支障が出るのは

- a. 構わない    b. まあ構わない    c. やや抵抗がある    d. かなり抵抗がある

②自分が介護を担うことは

- a. 構わない    b. まあ構わない    c. やや抵抗がある    d. かなり抵抗がある

4. 現在の自分自身の状態について、私はこう感じています（該当するところに○）。

① 体調は

- a. よい    b. まあよい    c. ややよくない    d. よくない

② 持病は

\_\_\_\_\_があります

③ 睡眠は

- a. よく眠れる    b. まあ眠れる    c. あまり眠れない    d. 眠れない

④ 食事は

- a. よく食べられる      b. まあ食べられる      c. あまり食べられない      d. 食べられない

⑤ イライラすること

- a. よくある      b. 時々ある      c. あまりない      d. ない

⑥ 落ち込むこと

- a. よくある      b. 時々ある      c. あまりない      d. ない

⑦ 孤立を感じることに

- a. よくある      b. 時々ある      c. あまりない      d. ない

5. 私の介護を実際に手伝ってくれる人は（家族、親戚、きょうだい、友人など）

います      いません

6. 困った時に頼める人は（介護サービス事業者も含む）

います      いません

7. 私が悩みや気持ちを相談できる人は

います      いません

8. 介護に関する専門的なことを聞ける人は

います      いません

9. 私が介護をするうえで負担とを感じるのは、○をつけた事柄です

（該当するもの全てに○）。

- a. 買い物      b. 食事の用意（調理）      c. 掃除      d. 洗濯
- e. 食事介助      f. 起床・就寝の介助      g. 着替えの介助      h. 洗面・入浴介助
- i. 排泄介助      j. 服薬介助      k. 通院介助      l. 夜間の世話
- m. 認知症の症状への対応（もの忘れ、徘徊など）      n. 介護する人との会話      o. 見守り
- p. 金銭管理      q. 仕事との両立      r. 介護のため通うこと
- s. きょうだいや親戚との人間関係      t. 近隣との人間関係
- u. その他（      ）      v. 負担は感じていない

10. 私が介護のほかにしていることは（該当するものがあれば○）

- a. 特になし      b. 仕事      c. 子育て      d. ほかの家族の世話      e. ボランティア  
f. 学業      g. 趣味（                      ）      h. その他（                      ）

11. 私が自分の時間を持つことは（該当するところに○）

- a. できている      b. まあできている      c. あまりできていない      d. できていない

12. 今後、自分自身の生活において、大切にしたいこと

例：仕事は続けたい、家族の時間を大切にしたい、趣味の活動の時間を確保したい

13. 私が情報や支援を希望することは（希望するもの全てに○）

- a. 医療機関や介護施設に関すること      b. 制度（経済的な保障や手当など）に関すること  
c. 介護の仕方や工夫      d. 将来の見通し      e. 仕事との両立に関すること  
f. 自分の時間確保      g. 同じ立場の介護家族と交流する機会  
h. 悩みや心配事を相談する場（カウンセリング等）      i. 私が緊急時の、私が介護する人への支援  
j. その他（                      ）

14. 介護を抱えた生活をするにあたり、私が不安に思うこと、心配なこと

15. 私と家族に関することで、ケアマネジャーに知っておいてもらいたいこと

記入日    平成    年    月    日

記入者

（認知症のひと家族の会 愛知県支部 2012、7、27 版）