

介護への備え ワークシート



大阪市立大学女性研究者支援室
OCU Support Office for Female Researchers



介護への備え

- 「介護準備シート」 No.1、No.2
- 「介護相談シート」 No.1、No.2

各シートの空白をご本人・ご家族・親族で話し合い、記入してください。
その内容をもとに介護サービスの利用を検討し、介護と仕事の両立にご活用ください。

各種シートの使用方法

- ◆ ご両親が65歳を過ぎたら、各シートの内容について話し合う機会を持ちましょう。できれば、ご家族や親族（兄弟・姉妹）等とも話し合いましょう。1回で全ての話が終わるわけではありませんので、タイミングを見ながら話し合いを重ねてください。
- ◆ すぐに介護が必要になった場合は、慌てず各シート内容について確認することを行ってください。それぞれのシートのNo.1のみ確認を行い、介護サービスの利用の手続きを行ってください。
- ◆ 状況が変われば、思いも変わり、内容も変わります。年に1度(誕生日など)は内容の確認を行い、変更があればその都度、内容の更新をしましょう。



介護準備シート

No.1

健康状態	病気の有無（病名等）	身体状況（関節の痛み等）
	歩行状態（杖使用など）	物忘れ状態（認知症の有無等）
	家事の実施状況（料理・買い物・洗濯・掃除等）	
経済状況	年金額（月額）	その他（預貯金、不動産や有価証券等）
	生命保険などの加入状況	
通院先	主治医（入院先等）	その他の病院
その他		



老後の希望	どのように過ごしたいか（どこで、誰と、どのように過ごしたいか等）	
介護が必要になった時	施設入所の可否等（在宅介護の希望等）	
延命治療について	胃ろうの可否	人工呼吸器の可否
	心肺蘇生法の可否	その他の延命処置
看取りの希望	場所（自宅・病院等）	会いたい人（親族・友人）等
大切な書類について	保管場所	遺言書の有無など
その他	葬儀の希望等	



介護力	介護を担える兄弟・姉妹の有無	同居・別居状態（同居の可否等）
	介護の実施可能状況（昼間・土日のみ、月数回程度等）	
	その他、介護に協力が可能な親族や知人の有無等	
経済力	介護に出費可能な金額（兄弟・姉妹の協力の有無等）	
	ご両親の経済状況（年金や預貯金等）	
職場の制度	有給休暇やフレックスタイム制の導入、介護休暇制度の利用等	
その他		



ご両親の 状態	現在、困っていること（食事の用意や通院、物忘れ状況等）
介護への 希望	在宅サービスの利用（買い物支援や入浴サービス等）
	施設入所の希望（特別養護老人ホーム、グループホーム等）
	利用したい福祉用具等
今後の 希望	在宅介護や施設入所への希望（看取りの希望）等
介護の 担当者	キーパーソン（家族、親族の中で介護の窓口となれる人）等
その他	介護に対する不安等



ご利用にあたっての注意

- ◆このワークシートを広く配布、サイト等に掲載する場合は、利用目的を記載の上、女性研究者支援室（ocu-support-f@ado.osaka-cu.ac.jp）まで必ずご連絡ください。
- ◆介護保険制度や介護保険法は、見直し・改正されることがあります。ワークシートをご利用いただく際は、最新の情報をご確認ください。
- ◆予告なく変更・削除することがあります。あらかじめご了承ください。

