

記入例

サービス等利用計画（セルフプラン）

利用者氏名	帯広 太郎	作成日	令和 年 月 日
作成者	本人・家族（氏名 本人との関係）		
希望する生活・サービス利用について	(例)生活リズムをつけたい、平日は〇〇〇〇センターに通う仕事の訓練をして、一般就職を目指したい。		

週間のサービス利用

今後の生活やサービス利用の内容について、希望や目標を記入してください。

	月	火	水	木	金	土	日
7:00							
8:00							
9:00	9:00~15:30 就労継続支援A型 (〇〇〇〇センター)	↑	↑	↑	↑	↑	
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00	サービスを提供する事業所と直接相談しながらサービスを利用できる場合は、計画相談支援を利用せずに利用計画を立てることができます。セルフプランを立てられる人は原則本人または家族です。						
18:00							
19:00							
20:00							

月～金曜日の午前9時から午後3時30分まで、就労継続支援A型の〇〇〇〇センターに通う場合はこのように記入してください。（時間は予定の時間でよいです。）

週間のサービス利用以外に利用するサービスがあれば記入してください。

週単位以外のサービス	(例)移動支援（年に4～5回、市役所や銀行へ手続きに行く時） 短期入所（家族の体調不良時などに利用、月7日）
------------	---

※利用するサービスの内容を変更する場合は、セルフプランの再提出が必要です。