

利用者氏名： 包括 太郎 様

担当ケアマネジャー：（居宅介護支援事業所名） ■■ケアプランセンター（ケアマネジャー氏名） 予防 花子

※休みの場合も空白にせず、日にちと理由（例：祝日のため、私用のため等）を記入する。

実施日	体温	血圧	脈拍	本人が感じている体調	トレーニングメニュー	本人の体の動きやトレーニングの取組状況等	担当サイン
12月4日	36.5	130/72	71	良い	下肢筋力強化 バランス運動 上肢筋力強化 足底刺激運動 階段昇降 有酸素運動	先月の自立支援会議で出た階段昇降について、本人に説明して今回から取り入れた。利用開始2か月でかなり体力がついておられ、以前より階段の上り下りができるようになったとのこと。より楽にできるよう杖の使い方や足の出し方を指導した。	荒尾
12月6日	36.3	128/70	70	良い	下肢筋力強化 バランス運動 上肢筋力強化 足底刺激運動 階段昇降 有酸素運動	前回教えられたことを意識して階段を使ってみたが、急いでいる時は忘れてついこれまでのクセが出てしまうと。ここでのトレーニングで習慣づけていきたいと思いますと声掛けをした。体力がついているようで運動はスムーズにできるようになっている。	荒尾
12月11日	36.2	129/69	67	良い	下肢筋力強化 バランス運動 上肢筋力強化 足底刺激運動 階段昇降 二重課題	頭の体操を兼ねて、足踏みしながら引き算をする課題を行った。普段やらないことなのでとても難しいと言われていました。また、膝の痛みが利用前と比べて出なくなったとのことだったので、頑張りの成果ですと声掛けをした。	荒尾
12月13日		/				御家族と出かけられるということで、本日はお休みされた。	保介
12月18日	36.5	127/69	70	良い	下肢筋力強化 バランス運動 上肢筋力強化 足底刺激運動 階段昇降 有酸素運動	久しぶりに家族と遠出したが、思ったより歩けたので良かったと喜ばれていた。楽しかったが、帰ってきたら思いのほか疲れていたとのことだったので、今日は体の様子を確認しつつ、軽めの内容でトレーニングを行った。痛みが増したりはしていない様子。	荒尾
12月20日	36.3	131/71	74	少し悪い	足底刺激運動 静的ストレッチ 有酸素運動	朝から鼻がグスグスいうと。熱はなく、本人もだるさなどないとのことだったが用心のため、本人に説明の上内容を絞って参加していただいた。終了時も特にバイタルに問題はなく、本人も大丈夫と。今後ひどくなるようなら早めに受診をと伝えた。	保介
12月25日	36.6	129/69	72	良い	体力測定	前回から体調は悪くならず、今日はバッチリと本人談。3か月目、中間の体力測定を行った。歩くのが楽になったように感じると本人。	保介
12月27日	36.4	130/73	68	良い	下肢筋力強化 バランス運動 上肢筋力強化 足底刺激運動 階段昇降 二重課題	骨密度を上げるための足底刺激運動を家でも毎日やっていると。年末年始もだらけないようにしたいと話されていた。階段昇降は杖の使い方や足の出し方が身についてこられたようで、伝えたポイントを押さえた動きができています。	荒尾
		/					

通所型サービスC（からだ元気教室）の実施報告書の記入内容について

荒尾市地域包括支援センター

毎月、御提出いただいている実施報告書について、からだ元気教室の考え方（目的）を踏まえ、以下のポイントを押さえた内容でお書きください。

通所型サービスC（からだ元気教室）を、本人の運動器機能や生活能力向上に対する支援としてより良いものにしていきたいと思いますのでよろしく願いいたします。

＜事業の考え方（目的）＞

6か月間、専門職による運動器機能の評価とそれに基づいたトレーニングの提供、運動器機能や生活能力向上のための指導・助言を行い、対象者の心身機能の向上を目指す。

＜実施報告書を書く時のポイント＞

担当ケアマネジャーとしては、「自立支援会議後、会議で助言者から出されたポイントを押さえたトレーニングが行われているか」を確認したいので、実施報告書の「トレーニングメニュー」や「本人の体の動きやトレーニングの取組状況等」でそこが確認できるような内容をお願いします。

- ◆ 「本人が感じている体調」には、その日の体調を本人がどう言っているかを簡潔に書いてください。
- ◆ 「トレーニングメニュー」には、その日に行った運動器機能向上に関わるプログラムを書きます。オプションサービス（昼食、入浴、買い物など）の記入は任意です。
- ◆ 「本人の体の動きやトレーニングの取組状況等」には、特に、その日の本人の体の動きや痛みなどに対する本人の発言と指導者の見立てをメインに書きます。そのほか、自宅などでの自主訓練の様子など担当ケアマネジャーに特に伝えたい内容も書きます。

＜そのほか注意事項＞

- 本人や事業所の都合、祝日などで教室利用が休みの場合も、その日を抜かずに「実施日」に日付を書いた上で、「本人の体の動きやトレーニングの取組状況等」に休みの理由を書いてください。
- 文字の大きさは任意です。片面で収まらない場合は裏面又は2枚に渡っても構いません。ただし、2枚に分かれる場合は1枚目にホチキス留めするなど、誰の実施報告書なのかわかるように工夫をお願いします。
- 記載項目は地域包括支援センターが指定したもの（「実施日」、「体温」、「血圧」、「脈拍」、「本人が感じている体調」、「トレーニングメニュー」、「本人の体の動きやトレーニングの取組状況等」、「記入者」）を網羅していれば、さらにほかの項目を追加しても構いません。

裏面に参考記入例を載せています。