

ケアラー気づきシート

◆1つでも当てはまる場合は「セルフチェックシート」や「アセスメントシート」をチェックしてみましょう。

		/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
		記入者	記入者	記入者	記入者	記入者
		対象者	対象者	対象者	対象者	対象者
(1) からだの健康	1	介護（お世話）を理由に眠れない日が続いている				
	2	介護（お世話）で疲れてしまい、やる気や食欲がない				
	3	介護（お世話）により、定期受診や治療が後回しになっている				
	4	何となく体がだるい				
	5	その他（ ）				
(2) こころの健康	6	介護（お世話）を理由に家族や職場（学校）での人間関係に悩んでいる				
	7	精神疾患または発達障がいがあり、生活への支障が出てきている				
	8	介護（お世話）でイライラしている				
	9	その他（ ）				
(3) 家族現状	10	介護、お世話をしている家族等から叩かれるなどの暴力や暴言を受けたり無視されたりしている				
	11	家族等の介護（お世話）に協力してくれる他の家族がいない				
	12	その他（ ）				
(4) 介護の状況	13	介護や障がいサービスの利用の必要性があるが利用していない				
	14	介護（お世話）をすることに負担を感じている				
	15	病気や障がいがある家族等の介護（お世話）の仕方が分からない				
	16	その他（ ）				
(5) 社会域参加	17	家に閉じこもって過ごすことが多く、地域や社会とのつながりが薄い				
	18	その他（ ）				
(6) 経済状況	19	ギャンブル、アルコール、ネットゲーム等で予定よりも多くお金を使ってしまう				
	20	必要以上に買い物をしてしまう				
	21	借金がある				
	22	経済的に困窮している				
	23	お金がなくて食べるものがない				
	24	その他（ ）				
(7) 就労状況	25	働きたいが介護があつて働けない、もしくは退職しようと思っている				
	26	介護（お世話）を理由に嫌がらせを受けている				
	27	介護（お世話）を理由に仕事で不利益を受けている （例）減給や配置換え、解雇など				
	28	介護（お世話）について職場の理解がない				
	29	その他（ ）				
(8) 子育ての両立	30	家族の介護（お世話）や家事があるので、仕事や学校に行けない。 もしくは休みがちである				
	31	家族の介護（お世話）や家事で友達と遊んだり趣味を楽しんだりする時間がない				
	32	家族の介護（お世話）や家事をしているので将来や進路に悩んでいる				
	33	18歳未満の子どものことで悩んでいることがある （例）育児やしつけ、心身の発達の遅れ、非行、不登校、療育、虐待、ネットゲームなど				
	34	その他（ ）				