

# 24時間 生活シート

氏名

作成日

自分のできること及び特徴	time	日課	サポートの必要なこと
<p><b>【食事】</b>                      箸使用、基本自立だが、進まないときは介助する。介助しても進まない時は時間をおいて様子を見る。但し、疲れてしまうので長時間にならないように配慮。軽食→アインカル2K100ccと牛乳100ccを割って45℃に温める。普段は2杯飲む+エンジョイカップゼリー1個常温で提供。朝食→主食＝パン(ジャム・マーガリンをはさんでサンドイッチにし、1/3の大きさ(食パンは耳なし)副食＝オムレツなど軟らかいものは一口大で。他は種キザミ 小盛 屋敷・夕食→主食＝ソフト粥(粒のないよう味噌こして濾し)、鮭フレークなどと混ぜご飯にする) 主菜＝ソフト食 副菜＝種キザミ 小盛 汁物＝具なし 本人専用のポタージュスープ等あり ・好物:うなぎ、寿司、甘い物、ミルク、果物、ゆず茶 エプロンとタオルを使用 カップは軽量のプラスチック製を使用する</p> <p><b>【服薬】</b>                      薬のみ 降圧剤、緩下剤・・・最初に自分で水を一口含んでもらい、錠剤を直接口の中へ入れ、飲み込み確認(飲み込むまで時間を要す) その後、粉薬を極細かいロトミの水で溶かしてスプーンで口の中に入れる</p> <p><b>【移動】</b>                      車椅子自操 足でこぐ もしくは介助</p> <p><b>【移乗】</b>                      自分で移乗するが、ふらつきあるため腰を支える。ブレーキかけ忘れがあるので、声かけ要。本人ブレーキを前方にかけ、★ベッドからの離床時、動作が早いのですぐに車椅子をベッド横にセットする。</p> <p><b>【排泄】</b>                      日中・夜間共布パンツのみ。立位ふらつきあるため、体幹を支え見守り要。下衣の上げ下ろしは自分で出来るが立位不安定時は介助する。★上げる際はパンツの中にシャツを入れきっちりしわを伸ばす(自分で納得がいくように行うので職員は倒れないよう体を支える)                      ★臥床時はナースコールで職員を呼ぶ。リビングから居室へ戻ると一人で行くので必ず見守り介助を行う。                      ★血尿が出る時があり、職員が確認できるようにトイレの水洗のリモコンをOFFにしている</p> <p><b>【更衣】</b>                      上衣は一部手伝う。簡単なボタンは自分でかけられる。下衣は介助するが履く際は上記(排泄)欄の通り</p> <p><b>【歯磨き】</b>                      義歯上下。食後は必ず洗面台に行き歯磨き、うがいを行う。職員は義歯を磨き直す。</p> <p><b>【入浴】</b>                      週1回職員二人介助で個浴に入浴。熱めのお風呂で長湯を好むが体調を考慮して湯温39度で5～6分間で済ませる。自分で首までつかって体をこする。足を洗われるのが苦手(くすぐったい) 週1回は居室にて全身清拭を行う</p> <p><b>【ベッド環境】</b>                      掛け布団+(冬は)毛布、(夏は)タオルケットをかける。枕にはタオルを敷く。臥床時は靴下を脱ぐ。オースコルは枕の下を通して左側のベッド横に巻いてたためしておく。</p> <p><b>【既往症・身体】</b>                      高血圧症、糖尿病、膀胱癌                      難聴あり。★左耳から話す方が聴こえやすい</p> <p><b>【日中の過ごし方・趣味】</b>                      寝て過ごすことが多い。書道・音楽クラブに参加。週3～4回面会あり。一緒に食事、お話したり、身の回りの世話をしてくれる。</p> <p><b>【その他】</b>                      ●室内ではルームシューズ、自分で履くが踵を踏むので介助 ●夜間は豆球。</p>	6:00		様子を見に行く
	7:00	起きたい	昇降側のベッド柵外して移乗の見守りを行う【安①&③】
		トイレに行きたい	立位補助【身②】、下衣の上げ下ろし、尿の状態確認→流す【身①】
		手を洗う	洗面台まで誘導
		パジャマから洋服へ着替えたい	上下共着脱の介助
		顔を拭く	タオルを熱いお湯で絞って手渡す
		歯磨きをする	歯ブラシにガーゼを巻き、舌をブラッシングする
	7:10	リビングへ行く	※車椅子での移動を介助する【身④】
		バイタル測定	血圧、脈、体温を測定する【身①】
	7:15	朝食を食べる	エプロンをかける【生②】、盛り付け・配膳。ティッシュBOXを手元に用意する
			アインカル牛乳を提供【菜③】、盛り付け、配膳 ※進まないときは介助【身④】
	9:00	朝食後薬を飲みたい	最初に水を一口含んでもらい、直接口の中に入れ、飲み込み確認
	9:15	居室に戻りたい→ポスト確認する	声をかけ、ポスト内と一緒に確認後【生④】、居室洗面台前に誘導
		歯磨きをする 義歯を外す	声かけて義歯を外してもらう
		トイレに行きたい	立位補助【身②】、陰部清拭、下衣の上げ下ろし、尿の状態確認→流す【身①】
	9:30	ベッドに横になりたい	移乗の見守りを行い、コールが定位置にあるか確認
	10:00		様子を見に行く
	11:00		
	11:30		◎週3～4回面会あり
	12:00		(面会ない時は)様子を見に行く
	13:00	ベッドから起きたい	昇降側のベッド柵外して移乗の見守りを行う【安①&③】
		昼食を食べる	エプロンをつける【生②】、盛り付け(お粥は黒いお茶碗に盛る)、配膳 ※進まない時は介助する【身④】 ◎面会時は昼食を居室へ配膳する
	14:00	居室に戻りたい→ポスト確認する	声をかけ、ポスト内と一緒に確認後【生④】、居室洗面台前に誘導
		ベッドに横になりたい	義歯を外す声かけ 移乗の見守りを行う
		コールが定位置にあるか確認	
		◎開催日は音楽クラブ、書道クラブに参加【生⑤】	
15:00		様子を見に行く ◎入浴日は二人介助にて入浴【身③】	
16:00	トイレに行きたい	立位補助【身②】、下衣の上げ下ろし、尿の状態確認→流す【身①】	
16:30	飲み物が飲みたい	ホットミルク、ゆず茶など本人に飲みたい物を聞いて提供する	
17:00	ベッドに横になりたい	移乗の見守りを行い、コールが定位置にあるか確認	
18:00		様子を見に行く	
18:00	ベッドから起きたい	夕食の声をかける→昇降側のベッド柵外して移乗の見守りを行う【安①&③】	
	リビングへ行く	※車椅子での移動を介助する【身④】	
	夕食を食べる	エプロンをつける【生②】、盛り付け(お粥は黒いお茶碗に盛る)、配膳 ※進まない時は介助する【身④】	
20:00	居室に戻りたい	居室洗面台前に誘導	
	トイレに行きたい	立位補助【身②】、下衣の上げ下ろし、尿の状態確認→流す【身①】	
	歯磨きをする	終了後、義歯を洗い直す	
	洋服からパジャマに着替えたい	上下共着脱の介助	
20:30	寝たい	移乗の見守りを行い、コールが定位置にあるか確認	
	バイタル測定	血圧、脈、体温を測定する【身①】	
21:00		様子を見に行く	
22:00		様子を見に行く	
23:00		様子を見に行く	
0:00	トイレに行きたい	立位補助【身②】、下衣の上げ下ろし、尿の状態確認→流す【身①】	
1:00		様子を見に行く	
2:00		様子を見に行く	
3:00	トイレに行きたい	立位補助【身②】、下衣の上げ下ろし、尿の状態確認→流す【身①】	
4:00		様子を見に行く	
5:00		様子を見に行く	

こだわり・重点項目	理美容	家族連絡	作成者
・リビングで職員を呼ぶときは、マグカップやティッシュケースなどでテーブルを叩いて知らせる	(ベース)	体調の変化があったら面会時、●●氏へ	作成者
・学校の先生をしていたので、「先生」と呼ばれる事が主流	家族がカット	面会がない日は●●氏宅へ電話連絡 ●●氏から●△氏へ連絡してくれる	
・『ペコ』との話えあった時は軽食を用意する(ペコとは「腹ペコ」の意味)	デニチャーム	急変時は①キーパーソン(●△氏)携帯へ	
	組合	②●●氏へ	次回更新予定日
	外部	(両名ともへ連絡)	