

# 働く力チェックリスト(B型・生活介護)

項目	No.	内容
家庭生活	1	<b>決まった時間に起床することができる。</b> (1)言葉掛けがあると、起床することができる。 (2)目覚まし時計等を使用し、自分で起床することができる。
	2	<b>決まった時間に朝食を食べることができる。</b>
	3	<b>決まった時間に寝ることができる。</b> (1)言葉掛けがあると、布団に入ることができる。 (2)時計を見て、自分から布団に入ることができる。 (3)隣に人がいなくても寝ることができる。
日常生活 身辺自立	4	<b>トイレで排泄することができる。(例：おむつの利用や失敗がない)</b>
	5	<b>一人で排泄することができる。</b> (1)定期排泄が確立している。(例：起床時、休憩時、就寝前等) (2)ズボンや下着を自分で下ろしたり上げたりできる。 (3)一人で大便の拭き取りが確実にできる。(ウォッシュレット不使用) (4)排泄後、トイレを流すことができる。 ※生理の処理が一人でできる。
	6	<b>自分なりの方法でトイレを伝えることができる。</b> (1)言葉でトイレを伝えることができる。 (2)サイン等でトイレを伝えることができる。
	7	<b>一人で服を着ることができる。</b> (1)一人で靴下を履くことができる。 (2)一人でボタンやホックを正しくとめることができる。 (3)一人でチャックの上げ下げができる。(かませる所から)
	8	<b>一人で服を着て、身だしなみを整えることができる。</b> (1)服の裏表が分かる。 (2)服の前後が分かる。 (3)制服のシャツ等をしっかりズボンに入れることができる。 (4)歯磨きをすることができる。 (5)髪を整えることができる。
	9	<b>嫌いなものもたべることができる。</b> (1)苦手な食べ物を丸のみしない。
	10	<b>一人で食べるることができる。</b> (1)スプーンやフォークを使うことができる。 (2)箸を使うことができる。 (3)大きな物を自分で小さくすることができる。(例：噛みちぎる、食具を使って小さくする等)
	11	<b>食事のマナーを守ることができる。</b> (1)食器を持って食べるすることができる。 (2)他人の食べ物に手を出さない。 (3)食べ物を口に入れたまましゃべらない。 (4)食べ物をこぼさずに食べるすることができる。 (5)食事中に立ち歩かない。
	12	<b>自分の食べられるもの(食物アレルギー)や量を理解している。</b> (1)自分の食物アレルギーの種類が分かっている。 (2)食べられる量を理解している。

日常生活	移動	13	一人で移動することができる。 (1)補助がなくても歩くことができる。 (2)舗装されていない道を一人で歩くことができる。 (3)階段の上り下りができる。 (4)両手に物を持って歩くことができる。
		14	交通ルールを守り道路を歩くことができる。 (1)歩道のない道路では、道路の端を歩くことができる。 (2)信号を理解して進むことができる。 (3)信号のない交差点では一時停止し、左右を確認することができる。
	学習	15	自分の名前を書くことができる。
		16	平仮名の読んだり書いたりすることができる。 (1)平仮名を読むことができる。 (2)平仮名を書くことができる。
		17	色と色の名前を一致させることができる。
		18	○、△、□等の形が分かる。
		19	物の大小が分かる。
		20	人、学校等、身に付ける物や普段使用する身近な物の名称が分かる。
		21	1～10が分かる。 (1)数唱ができる。 (2)数と数字が分かる。(例：「5個とって」と言われて5個集める。)
		22	アナログ時計を読むことができる。 (1)1時間単位で時計が読める。 (2)30分単位で時計が読める。 (3)15分単位で時間が読める。 (4)5分単位で時計が読める。

作業	集中	23	座って作業を続けることができる。 (1) 10分間、座って作業ができる。 (2) 10分間、支援者が近く（隣等）にいなくても座って作業ができる。 (3) 30分以上、座って作業ができる。 (4) 30分以上、支援者が近くにいなくても座って作業ができる。
		24	座って待つことができる。 (1) 作業や活動がなくても1分程度、座って待つことができる。 (2) 作業や活動がなくても1分程度、静かに待つことができる。
		25	作業時間中、他事に気を取られずに作業をすることができる。
	理解	26	手順を守ることができる。 (1) 簡単な作業手順を理解することができる。（例：シールを剥がす） (2) 直前に手本を見せることで、一人で手順通りに作業ができる。 (3) 少し複雑化した作業手順を理解し、一人で手順通りに作業ができる。（例：指定された場所にシールを貼る）
		27	一人でできる作業ならば、自分で進めていくことができる。
		28	補助具の使い方を理解して、作業をすることができる。
		29	必要なタイミングで完了したことを報告することができる。 (1) 自分なりの方法で完了を伝えることができる。 (2) 「できました」と言葉で完了を伝えることができる。
		30	困った時に周囲に助けを求めることができる。 (1) 分からないときは、「分かりません」と伝えることができる。 (2) 何が分からないのか、困っているのかを具体的に伝えることができる。
	作業能力	31	自分の作業の「成功」「失敗」を判断することができる。
		32	はさみを安全に使うことができる。 (1) 直線を意識して切断することができる。 (2) 線を意識して、四角や三角を切り抜くことができる。
		33	一人でのりを使うことができる。 (1) 適切な範囲に適量を塗ることができる。
34		テープを利用して、物を貼り合わせることができる。 (1) テープカッターを使うことができる。 (2) テープカッターを使い、テープを必要な長さに切り、貼ることができる。	
35		1対1対応が分かる。（例：1マスに1つ入れる。）	
対人関係	会話	36	言葉で挨拶ができる。※下記内容とどちらか (1) 「おはよう」等、挨拶ができる。 (2) 「ありがとう」等、感謝を伝えることができる。 (3) 「お願いします」等、依頼を伝えることができる。 (4) 相手に伝わりやすい声で挨拶ができる。
		36	サインやカード等で挨拶ができる。※上記内容とどちらか (1) 「おはよう」等、挨拶ができる。 (2) 「ありがとう」等、感謝を伝えることができる。 (3) 「お願いします」等、依頼を伝えることができる。 (4) 相手に伝わりやすい手段で挨拶ができる。
	37	自分の思いを伝えることができる。 (1) 選択肢を出すことで自分の思いや考えを伝えることができる。 (2) 質問に対して、自分から言葉やサインを使って伝えることができる。 (3) 自分から具体的に伝えることができる。（いつ、どこで等） (4) 「嫌」「だめ」等、拒否や拒絶を伝えることができる。	
	38	丁寧な言葉遣いで話すことができる。 (1) 「です」「ます」等を付けることができる。	

対人関係	他者との関係	39	<b>支援を受け入れることができる。</b> (1)関係の深い人からの支援を受け入れることができる。 (2)関わりのある人からの支援を受け入れることができる。 (3)見たことのある人（所属が同じ）からの支援を受け入れることができる。
		40	<b>他人に迷惑をかけない。</b> (1)他害をしない。 (2)物を投げたり、壊したりしない。 (3)いきなり大きな声を出さない。 (4)過度に干渉しない。 (5)相手が「嫌」と言ったらやめることができる。
精神の安定	心理的安定	41	<b>適切な方法でストレスを発散し、自傷行為をしない。</b> (1)好きな活動がある。 (2)自分の思いの表出方法として自傷行為を行わない。
		42	<b>いつも同じように活動することができる。</b> (1)場所が変わっても活動することができる。 (2)周りの人(支援者)が変わっても活動することができる。 (3)時間が変わっても活動することができる。 (4)イライラしたり気持ちが落ち込んでいたりしても活動することができる。
		43	<b>注意等を受け入れることができる。</b> (1)注意等の話を聞くことができる。 (2)注意等の内容を自分の行動に反映することができる。 (3)すぐに気持ちを切り替えて、活動に参加することができる。 (4)直前に受けた注意等を意識して活動に参加できる。
		44	<b>見通しをもって生活することができる。</b> (1)次の活動内容を把握している。 (2)1日の予定を分かっている。 (3)1週間で「やりたいこと」や「やるべきこと」が分かっている。