

あたまの整理の手順

1 段目の引き出し	介護保険に関する基本情報シート①
2 段目の引き出し	自分を振り返ってみようシート②-1、②-2
3 段目の引き出し	わが家の「暮らし」を考えてみようシート③
4 段目の引き出し	自分らしい生活を送るためにシート④
5 段目の引き出し	サービスを入れたときの1週間の過ごし方シート⑤

ここまで整理ができたなら…

自分で事業者を選んで契約をしましょう

6.7 段目の引き出し	サービス利用票・提供票
	サービス利用票別表・提供票別表

自治体へ書類の提出、そして…

いよいよマイケアプラン生活の始まりです。
実はこれからが本番

8 段目の引き出し	情報を共有しようシート⑧
9 段目の引き出し	問題を解決するためにシート⑨
10 段目の引き出し	経過記録シート⑩

1ヶ月が終わったら…

自治体に実績を出します

11 段目の引き出し	利用している(していた)サービスシート⑪
-------------------	----------------------