

記載例

【セルフプラン週間計画表】

氏名	えぼし 太郎		障害程度区分	区分3			計画開始年月	令和〇年X月～
	月	火	水	木	金	土	日	利用している事業所名
6:00								居宅介護(家事援助) 「ミナト居宅介護事業所」 15時間/月
8:00	起床 朝食							
10:00	就労継続支援B型	就労継続支援B型	就労継続支援B型	就労継続支援B型	就労継続支援B型	昼食	昼食	就労継続支援B型 「×〇就労継続支援事業所」 当該月日数-8日
12:00								
14:00								
16:00								週単位以外のサービス
18:00	居宅介護(家事援助) 夕食							
20:00								
22:00								
0:00	就寝							
2:00								
4:00								

自由記載欄