

個別目標シート

1目標につき1枚使用。5段階の基準・評価条件・評価日を介入前に決めます。

対象者ID：	担当者：	目標番号：	
設定日：	年 月 日	評価予定日：	年 月 日
本人が実現したいこと／この目標が大切な理由			
0点の目標：いつまでに・何を・どの条件で・どの程度できるか			
共通条件：場所・用具・介助／見守り・試行数・測定方法・安全条件			

各段階の具体的な達成基準（同じ指標で区切り、重複・空白を避ける）

+2 期待を大きく上回る	
+1 期待を上回る	
0 期待どおり	
-1 期待を下回る	
-2 期待を大きく下回る	
開始時： 点 実測値・状態：	
評価日： 評価者： 到達点： 点／未評価 実測値・観察結果・本人の報告など、採点の根拠：	
次の計画／変更理由（基準を変更する場合は新しいシートを作成）	

記入例と使い方

下記は説明用の架空例です。個々の状態・生活場面に合わせて基準を作成してください。

本人の希望

「朝、自分でシャツを着て食卓へ行きたい」

0点の目標／共通条件

4週間後、同じ前開きシャツの指定した5個のボタンを、椅子座位で5分以内に3個以上留める。シャツを羽織った状態から開始し、身体介助・声かけなしで1回測定。安全な姿勢を確保する。

+2 期待を大きく上回る : 5分以内に自分で留めたボタン 5個

+1 期待を上回る : 5分以内に自分で留めたボタン 4個

0 期待どおり : 5分以内に自分で留めたボタン 3個

-1 期待を下回る : 5分以内に自分で留めたボタン 2個

-2 期待を大きく下回る : 5分以内に自分で留めたボタン 0～1個

開始時と4週間後の記録例

開始時：2個 → -1点。4週間後：4個 → +1点。

期待した3個を上回った。次は朝の更衣場面での実施状況を確認する。

記入の順番

1. 本人が大切にしている生活上の課題を選ぶ。
2. 評価期限と0点の目標を決める。
3. 条件を固定し、-2～+2の5段階を事前にかく。
4. 現状を測定して開始時の点数を記録する。
5. 予定日に同じ条件で測定し、到達点と根拠を記録する。

開始時は一律に-2ではありません。悪化を表す段階を残すために-1とする方法があります。本人の希望が変わった場合は元の基準を残し、新しい設定日で作り直します。未実施・条件不一致は理由を記録し、無理に採点しません。