様周南市短期集中通所介護_セルフマネジメントシート　　No　　/

氏名	目指したい3か月後の生活(目標)	そのために【　月に・3週間かけて　】頑張ること

日付	曜日	サービス利用	体調	目標達成のために、自宅で、自分で、毎日取り組むこと（=セルフマネジメント）					
				1	2	3	4	できたこと・できなかったこと	日記・感想
目標回数・水準 =>									
月　日									
月　日									
月　日									
月　日									
月　日									
月　日									
月　日									

ご家族コメント欄	ご本人コメント（1週間を振り返って）	事業所からのメッセージ・アドバイス

通信欄