

### B-3 暮らしの情報(私の暮らし方シート)

名前

記入日

年

月

日

記入者

◎私なりに築いてきたなじみの暮らし方があります。なじみの暮らしを継続できるように支援してください。

| 暮らしの様子                                   | 私が長年なじんだ習慣や好み | 私の現在の状態・状況 | 私の願いや<br>支援してほしいこと |
|--|---------------|------------|--------------------|
| 毎日の<br>習慣となっていること                        |               |            |                    |
| 食事の習慣                                    |               |            |                    |
| 飲酒・喫煙の習慣                                 |               |            |                    |
| 排泄の習慣・トイレ様式                              |               |            |                    |
| お風呂・みだしなみ<br>(湯の温度、歯磨き、<br>ひげそり、髪をとかすなど) |               |            |                    |
| おしゃれ・色の好み・<br>履き物                        |               |            |                    |
| 好きな音楽・テレビ・ラジ<br>オ                        |               |            |                    |
| 家事<br>(洗濯、掃除、買い物、<br>料理、食事のしたく)          |               |            |                    |
| 興味・関心・遊びなど                               |               |            |                    |
| なじみのものや道具                                |               |            |                    |
| 得意な事/苦手な事                                |               |            |                    |
| 性格・特徴など                                  |               |            |                    |
| 信仰について                                   |               |            |                    |
| 私の健康法<br>(例:乾布摩擦など)                      |               |            |                    |
| その他                                      |               |            |                    |