

2008.06.20 作成・印刷

<生活パターン（現実に近いパターン）>

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日			
8:00	起床&乗車 朝食&洗面 排便 入浴	起床&乗車 朝食&洗面	起床&乗車 朝食&洗面 排便	起床&乗車 朝食&洗面	起床&乗車 朝食&洗面 排便	起床&乗車 朝食&洗面	起床&乗車 朝食&洗面			
9:00										
10:00								外来リハ	デイサービス (主に入浴)	外来リハ
11:00										
12:00	昼食&歯磨き	昼食&歯磨き	昼食&歯磨き		昼食&歯磨き	昼食&歯磨き	昼食&歯磨き			
13:00	昼食&歯磨き							昼食&歯磨き		
14:00										
15:00	買い物・外出	家事(掃除)			買い物・外出	家事(掃除)				
16:00										
17:00		ティータイム および運動	ティータイム および運動	ティータイム および運動		ティータイム および運動	ティータイム および運動	ティータイム および運動		
18:00	夕食&歯磨き	夕食&歯磨き	夕食&歯磨き	夕食&歯磨き	夕食&歯磨き	夕食&歯磨き	夕食&歯磨き			
19:00										
20:00	パソコン等	パソコン等	パソコン等	パソコン等	パソコン等	パソコン等	パソコン等			
21:00										
22:00	降車&就寝	降車&就寝	降車&就寝	降車&就寝	降車&就寝	降車&就寝	降車&就寝			
23:00										
深夜	体交	体交	体交	体交	体交	体交	体交			

<生活パターン（必要な介護）>

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
8:00	身体介護(0.5h) 排尿・更衣・乗車・排便の準備 家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	身体介護(0.5h) 排尿・更衣・乗車・排便の準備 家事援助(1.5h) 食事の後始末洗濯など	身体介護(0.5h) 排尿・更衣・乗車・排便の準備 家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	身体介護(0.5h) 排尿・更衣・乗車・排便の準備 家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	身体介護(0.5h) 排尿・更衣・乗車・排便の準備 家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	身体介護(0.5h) 排尿・更衣・乗車・排便の準備 家事援助(1.5h) 食事の後始末洗濯など	身体介護(0.5h) 排尿・更衣・乗車・排便の準備 家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など
9:00							
10:00	訪問看護(1h) 排便 身体介護(1h)	身体介護(3h) 外来受診・リハ	訪問看護(1h) 排便	デイサービス (入浴など)	訪問看護(1h) 排便	身体介護(3h) 外来受診・リハ	
11:00	入浴						
12:00	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など		家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など
13:00							
14:00							
15:00	身体介護(3h) 買い物・外出など	家事援助(0.5h) 掃除			身体介護(3h) 買い物・外出など	家事援助(0.5h) 掃除	
16:00							
17:00							
18:00	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末・洗濯など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末・洗濯など	家事援助(1.5h) 食事の準備・後始末など
19:00							
20:00							
21:00							
22:00	身体介護(1h) 降車・更衣・排尿など	身体介護(1h) 降車・更衣・排尿など	身体介護(1h) 降車・更衣・排尿など	身体介護(1h) 降車・更衣・排尿など	身体介護(1h) 降車・更衣・排尿など	身体介護(1h) 降車・更衣・排尿など	身体介護(1h) 降車・更衣・排尿など
23:00							
深夜	身体介護(0.5h) 体交	身体介護(0.5h) 体交	身体介護(0.5h) 体交	身体介護(0.5h) 体交	身体介護(0.5h) 体交	身体介護(0.5h) 体交	身体介護(0.5h) 体交
合計介護時間	11.5時間 身体:6h 家事:4.5h 訪問看護:1h	10時間 身体:5h 家事:5h	7.5時間 身体:2h 家事:4.5h 訪問看護:1h	5時間 身体:2h 家事:3h デイサービス	10.5時間 身体:5h 家事:4.5h 訪問看護:1h	10時間 身体:5h 家事:5h	6.5時間 身体:2h 家事:4.5h

- * 排便週 3 回 / 入浴週 2 回
- * 通院やその他外出時に介護が必要となります。(ガイドヘルパー)
- * 緊急時 (失禁や落車など) の対応も必要となります。← 下記に記した $+ \alpha$ になります。
- * 総合介護時間 : $61 \text{ h} + \alpha$ / 週 ($268.4 \text{ h} + \alpha$ / 月) ← 訪問看護 3 h / 週 (12 h / 月)

