

はじめの一歩として

日付： 年 月 日

利用者名

ケースマネージャー：

最初の目標 (ACT チームととりあえずしたいこと)	
--------------------------------------	--

優先順位	目標を達成するために	私がすること	ACT-J チームがすること	友人・家族のすること	振り返る日付

週間予定 (普段の一週間の生活)

	月	火	水	木	金	土	日
午前							
午後							

ACTとの関わりだけでなく、普段していることも記入してみましょう

私のしたいこと

利用者名：

ケースマネージャー：

日付： 年 月 日（見直し予定日： 年 月 日）

私の今の状況 私はいまどういう状態か？	どんなふうになりたいか？ 何をしたいか？どうなっているとよいか？	そのために使えるものは？ 私が利用できるもの、私自身がいかせるものは何か。
日常生活について		
経済的なこと 金銭管理 / 年金 / 生保 / 主な収入 / 経済的援助……		
職業・教育に関すること 就労 / 教育……		
社会的支援		

交友関係 / 身近な相談者 / 家族 / 宗教 / 役所の手続き / 公共機関・交通 / 法律上の問題・……		
健康に関すること 身体的・精神的健康 / 通院 / 薬物治療 / 薬物 / アルコール・……		
レジャー（余暇）・レクリエーション 趣味 / 楽しみ / スポーツ・……		
利用者署名 (年 月 日)	チームリーダー署名 (年 月 日)	
ケースマネージャー署名 (年 月 日)	利用者が信頼している人の署名 (年 月 日)	

注) どの部分から記入してもよい。キーワードについて全て聞くという意味ではない。順番に質問しないこと。枠にこだわらずに記入してよい。

私のリカバリープラン

利用者名:

ケースマネージャー:

日付: 年 月 日

大きな目標	
6ヶ月後に達成したい目標	
目標達成のための私の長所	

優先順位	小さな目標 (6ヶ月後の目標に近づくために)	私の役割 (目標達成のために責任を持つこと)	ACT-J チームの役割 (チームが私にしてくれること)	友人・家族の役割 (ほかの人が私にしてくれること)	振り返る日付

--	--	--	--	--	--

利用者署名	(年 月 日)	チームリーダーの署名	(年 月 日)
ケースマネージャー署名	(年 月 日)	利用者が信頼している人の署名	(年 月 日)

小さな目標についての評価

利用者名：

ケースマネージャー：

日付	達成・変更のメモ (利用者はそれぞれのメモについて署名をしましょう)	署名

これからACTと一緒にしていく予定

年 月 日

利用者名

ケースマネージャー：

大きな目標	
6ヶ月後に達成したい目標	

週間予定 (ACTチームとの関わりなど)

	月	火	水	木	金	土	日
午前							
午後							

ACTとの関わりだけでなく、普段していることも記入してみましょう

予定の変更などありましたら [047-373-4433](tel:047-373-4433)(ACT-J オフィス)へご連絡ください。

ご家族のリカバリープラン

利用者名： ご家族名： ケースマネージャー： 日付： 年 月 日（見直し予定日： 年 月 日）

大きな目標	
6ヶ月後に達成したい目標	
ゴール達成のための私の長所	

優先順位	小さな目標 (6ヶ月後の目標に近づけるために)	ご家族の役割 (目標を達成するために責任を持つてすること)	ACT-Jチームの役割 (チームがご家族にすること)	利用できる資源 (目標を実現するために使える資源)	振り返る日付

ご家族署名	(年 月 日)	チームリーダー署名	(年 月 日)
ケースマネージャー署名	(年 月 日)		

小さな目標についての評価(ご家族版)

利用者名：

ご家族名：

ケースマネージャー：

日付	達成・変更のメモ (ご家族にそれぞれのメモについて署名してもらうこと)	署名

ACT-J からの関わり (チーム内のみ閲覧)

利用者名 _____ CM _____

課題	利用者	ご家族	他のリソース	振り返る日

