

認定調査 事前準備チェックリスト

～調査は「頑張る場」ではなく「普段を伝える場」。そのための準備メモです～

ゆるっとケア日和 | 現役ケアマネが、介護のむずかしいをやさしくする

① 調査の前に、メモしておきたいこと

- ☐ **食事・トイレ・入浴・着替えの「普段の様子」**
できない日・失敗する日は、週にどれくらいある？
- ☐ **歩行の様子と、転倒・ヒヤリとした出来事**
杖やつかまり歩き、最近転びそうになった場面など
- ☐ **薬の管理の状況**
飲み忘れ・飲みすぎは？ 声かけや見守りが必要？
- ☐ **ものの忘れが気になった場面**
「いつ・何があったか」を具体的にメモしておくと呼びます
- ☐ **夜間の様子（トイレ・眠れない・不安になる など）**
- ☐ **受診中の病院・主治医の名前**
- ☐ **本人の前で言いにくいことは、別紙メモに**
「補足としてお渡ししてもいいですか？」と調査員さんへ一言

② 当日、心にとめておきたいこと

- ☐ **調査はテストではありません**
見られているのは「頑張れるか」ではなく「普段の困りごと」です
- ☐ **「できる」と答えたら、頻度と見守りの有無をひとこと添える**
例：「できますが、週の半分は声かけが必要です」
- ☐ **家族の補足は、失礼ではなく大切な情報です**
- ☐ **調子の良い日ではなく、「いつもの姿」を基準に話す**
- ☐ **言い足りなくても大丈夫。調査後に相談できます**
地域包括支援センターや担当ケアマネへ。「今さら」と思わなくてOK

③ 伝えたいことメモ（当日、そのまま渡してもOK）

今日も、あなたと大切な人の“ごきげんな日”が少し増えますように。

出典：ゆるっとケア日和「認定調査で後悔しないために | 家族が知っておきたい4つのポイント」 <https://www.kaigo-gutlife.com>

本紙は一般的な情報提供を目的としています。制度の適用については、お住まいの自治体や担当の専門職へご相談ください。