

高次脳機能障害支援ツール14：身だしなみチェック表



目的：朝起床時や外出前に身だしなみチェックを行い、習慣化することで社会性を高めるツール

こんな症状の方におすすめ



- ねぐせがついたまま外出してしまい、本人は気にしていない。
- 洗顔や爪切りなどの衛生意識がみにつかない。
- 外出時に適切な服装が選べず、暑い日なのに厚着をしてしまう。
- 外見に関心がなくなった。

活用のメリット



- 毎朝鏡をみて、外出準備ができるようになった。
- 外出先で清潔感があると言われるようになった。
- 環境温度の変化に対応できるようになった。
- 外出が楽しみになった。

支援のPoint!!

- 身だしなみを確認することのメリットについて、本人と支援者で共有しましょう。
- 身だしなみを確認する時間、場所、内容、項目などの手順を整理しておきましょう。
- チェックする際は、出来ていないと否定するのではなく、本人が続けられるように、気付けるような声かけをしましょう。
- 鏡や温湿度計を準備しておき、服装などの確認の際に活用しましょう。
- 天気予報も参考にし、服装の提案をするとよいでしょう。
- 1週間の振り返りを行い、今後の対策を一緒に考えましょう。