

日常生活のちからチェック表2

●セルフケア

	一人でできた時期	手伝えばできる（支援の内容など）
顔を洗う		仕上げは必要
歯を磨く		仕上げは必要
髪を整える		仕上げは必要
爪をきる		
入浴し、体や髪を洗う		
体を拭いたり髪を乾かす		
その他：		

●衣類の着脱

	一人でできた時期	手伝えばできる（支援の内容など）
衣類を着る	5才	
衣類を脱ぐ	5才	
衣類を選ぶ		2種類から選ぶことはできる
くつ下やくつをはく	5才	
その他：		

《活用例》

二者選択はできる		
絵カードの使用		

ワンポイント・アドバイス

施設、学校行事でのお泊りの時や、発達検査の時に役立ちますよ！！