

わたしの

ライフブック



はじめに

このファイルは、ご本人またはご家族が、自分のこと、大切なことを書いていくものです。さまざまな場面で出会うさまざまな関係者（支援者）などに、自分（ご本人）のことをきちんと伝えたい時や、理解や配慮を求める時に、必要な情報を整理しておくことで、関係者などへの情報伝達をスムーズにします。伝え忘れを防いだり、必要なポイントをわかりやすく伝える効果もあるでしょう。緊急時や困ったときに、迅速に対応できるかもしれません。文字だけではなく、自分の好きな絵や写真、シールを使って表現するなど、自由な発想で、「自分史（ライフストーリー）」をつくっていきましょう。

記入について

- 基本は、本人（またはご家族）が書いてください。
- すべての項目を記入しなくてもいいですし、また、必要なシートだけを使うこともできます。
- すべての項目を本人（またはご家族）が記入しなくても、保育や教育の様子など、先生や支援者でなければ分からない内容については、先生や支援者にたずねたり、相談しながら一緒に作成してみるといった使い方ができます。
- 「個別的教育支援計画」や「指導の記録」等、子どもの様子や支援内容が分かるものがあれば、一緒に綴じこむなど工夫してください。
- 成長に応じて、変化に応じて書き換えたり、書き足していきましょう。

保管・使用上の注意

- 記載する内容は、大変重要な個人情報です。ご本人（ご家族）、またはそれに代わる立場の方が責任をもって、慎重にファイルを保管し、必要に応じて活用してください。

その他

- 年に1回、お誕生日に、あるいは学年の変わり目、所属（学校や通所施設、職場など）が変わったタイミングなどで内容を確認、状況が変わった項目は書き換えたり、書き足したりしておく必要などときにすぐに使えます。

支援機関の皆様へ

このファイルは、ご本人（やご家族）が、成長や状況の変化とともにかかわる支援機関が変わっても、理解や支援をつないでいくために必要な情報を整理していくことを目的としています。ご本人のことを理解するためや支援の手がかりとして活用してください。また、ご本人（やご家族）の記入の際の援助等にご協力ください。

※プライバシーの保護など、個人情報の取り扱いには十分注意してください。