ケアプラン点検項目マニュアル
セルフチェック版

使い方ガイド

1. このガイドの目的

このガイドでは、ケアプラン点検項目マニュアル(セルフチェック版)の使い方を解説します。ケアプラン点検項目マニュアル(セルフチェック版)は、もともと自治体(保険者)がケアプラン点検を行う際の視点を整理した資料を、ケアマネジャー自身が、日常業務の中で振り返りや自己研鑽に活用できるよう再構成したものです。

本ガイドは、ケアプラン点検項目マニュアル(セルフチェック版)を

- 「どのような場面で使えばよいのか」
- 「活用することでどのような効果が期待されるのか」
- 「どのように使うと、ケアマネジメントの質向上につながるのか」

を具体的に示し、ケアプラン点検項目マニュアル(セルフチェック版)を**“実際に使えるツール”**として活用してもらうことを目的としています。

2. 活用シーン

本ガイドでは、ケアプラン点検項目マニュアル(セルフチェック版)の活用方法を次の3つの場面に分けて解説しています。それぞれの場面に応じて、使う人・使い方・着目点が異なるため、目的に応じて該当部分を参照してください。

活用シーン1
セルフチェック
➡P4

活用シーン2
OJT
➡P7

活用シーン3
研修
➡P8

3. 基本的な考え方

■　セルフチェックの意義

ケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）は、「できていない点を指摘する」ためのものではなく、「自分のケアマネジメントを振り返る」ためのものです。
記載が不足している＝不適切、という意味ではありません。利用者の状態や背景により、記載のしかたは多様であって構いません。

大切なのは、

「なぜ、そう判断したのか」
「なぜ、そう支援したのか」

について、様々な機会を活用し振り返り、気づきを得ることです。

■　他者の視点を知る意義

ケアプラン点検は一方向の評価ではなく、ケアマネジャーと保険者が対話を通じて学び合う機会と位置づけられます。
セルフチェックによりケアマネジャー自身が得た気づきと、保険者によるケアプラン点検を通じて示される視点とをすり合わせることで、双方の気づきが深まり、実践の質向上につながります。

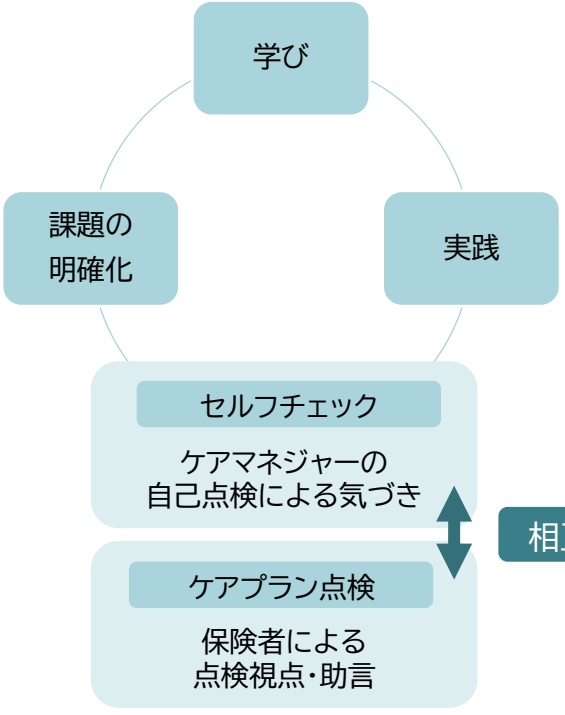
事業所内の OJT においても、担当ケアマネジャーの自己点検による気づきと、指導者の視点とをすり合わせることで、相互の学びが生まれます。OJT もまた、正解を示す場ではなく、対話を通じて実践を多面的に振り返る機会となります。

研修もまた、講義やワークを通してケアマネジメントにおける基本的視点を学ぶとともに、自らの振り返りの機会となります。

このように、ケアプラン点検、OJT、研修といった様々な機会を通じて他者の視点に触れることは、自らの実践を客観的・多面的に振り返る重要な契機となります。他者の視点を知ることは、評価を受けることではなく、気づきを深め、ケアマネジメントの質向上につなげていくための大切なプロセスと捉え、積極的に活用することが大切です。

ケアマネジメントの質向上に向けた学びと振り返りのサイクル

- 保険者による研修等を通して学びを深めます。（活用シーン3）



- 学び、実践、セルフチェックを通して得られた気づきから、今後のケアマネジメントに活かすポイントを明確化します。

- 研修等で得た視点をもとにケアマネジメントを実践します。
- OJT等での助言を得ながら実践を積み重ねます。
- （活用シーン2）

- セルフチェックを通じて、実践を多面的に検証します。（活用シーン1）
- セルフチェックの結果と、ケアプラン点検を通じて示される保険者の視点とをすり合わせ、気づきを深めます。

4. セルフチェックでの活用

ケアマネジャーが、日常業務の中で自身のケアマネジメントを振り返る場面で活用します。ケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）は、一度にすべてを使う必要はありません。以下のような場面で、必要な部分を選んで使うことを想定しています。

■ 日常業務の中で（辞書的に使う）

- 「このケース、少し引っかかるな」と感じたとき
- 記録を書きながら、「この視点、抜けていないかな」と確認したいとき

⇨ 該当する項目だけを開き、確認します。

■ ケアプラン作成・見直しのタイミングで

- 新規作成時
- 短期目標・長期目標の終了時
- 状態変化があったとき

⇨ アセスメントシート居宅サービス計画書（第1～3表）を中心に、流れに沿って確認します。

■ ケアプラン点検前や実務の中での振り返りで

- ケアプラン点検を受ける前
- 事業所内外で研修を受講する前
- ケースについて上司や同僚と話し合う前

⇨ 「重点確認シート」を活用し、自分なりの整理をしてから臨むことで、自らの学びや対話が深まりやすくなります。

■ 活用のメリット・効果

セルフチェックの際にケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）を活用することで、次のような効果が期待できます。

- アセスメントの抜けや思い込みに気づきやすくなる
- ケアプランの根拠を自分の中で整理できる
- ケアプラン点検や研修に向けた準備として、自分の考えを言語化できる

「ケアプラン点検項目マニュアル」は、課題分析標準項目及び適切なケアマネジメント手法の考え方を土台に作成されています。**ケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）を用いたセルフチェックを通して、課題分析標準項目及び適切なケアマネジメント手法の振り返りにもつなげる**ことができます。

■　効果的な使い方の基本ステップ

Step1｜まずは「アセスメント」から確認

ケアプランの質は、アセスメントの質に大きく左右されます。最初から計画書を見るのではなく、必ずアセスメントシートから確認します。特に、次の項目は記載漏れ・浅い記載が起こりやすいとされています。

- 水分摂取量（必要量・実際量）
- 食事内容・カロリー・BMI
- 口腔の状態

「記載があるか」ではなく、「その人の生活や健康状態を考える材料として十分か」を意識します。

Step2｜アセスメントがケアプランに反映されているか

次に、居宅サービス計画書（第1～3表）を確認します。

ポイントは

- 利用者・家族の意向が“そのまま”計画に反映されているか
- 本人の役割が、言葉として明確になっているか
- 多職種や家族が読んで理解できる表現になっているか

つまり、自分以外の人が読んで分かるかを基準に確認してみることです。

Step3｜その後の支援・連携につながっているかを確認

最後に

- サービス担当者会議
- モニタリング
- 多職種連携

の項目を確認します。

ここでは、
「ケアプランを作って終わりになっていないか」
「変化を捉え、次の支援につなげられているか」
という視点が重要です。

■　セルフチェックを形骸化させないコツ

✓「〇×を付ける」だけで終わらせない

チェックの結果、
- できていない項目
- 曖昧な項目

があった場合は、次の問いを自分に投げかけます。

- なぜ、アセスメントできなかったのか
- 今後、どんな聞き取りや関わりが必要か
- 他の利用者では、同じ視点を持てているか

⇨ 「次にどうするか」を考えてこそ、セルフチェックの意味があります。

✓ 一度に全部やろうとしない

- 経験が浅い時期：全体を広く
- 経験を積んだ後：苦手な部分・気になる部分に絞って

⇨ 段階的に使うことが、長く続けるコツです。
⇨ 日常業務の中ではポイントを絞って確認し、ケアプラン点検等の前には全体を通して確認する等の工夫をすることで、継続的にセルフチェックを行いつつ、ケアプラン点検等の客観的な助言をもらう場面でより対話を深めることができます。



5. OJTでの活用

事業所において、主任ケアマネジャー等の指導者と担当ケアマネジャーが、OJTの一環として活用します。
ケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）は、OJTをする人が正解を教えるためのツールではなく、担当ケアマネジャーが「どう考えたか」を引き出すための対話のツールとして活用されることが想定されています。

■　使い方のポイント

OJTの場面では、ケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）を「評価」や「正誤判断」のためではなく、OJTをする人、OJTを受ける人が共通の視点を持ち、ケアマネジメントの考え方を整理するための補助ツールとして活用します。

アセスメントシートや居宅サービス計画書を一緒に確認しながら、

・なぜこの情報を重視したのか
・なぜこの目標や支援内容としたのか
・他の選択肢は考えられなかったか

などのポイントを、対話を通じて確認します。

OJTの場面においても、ケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）は一度にすべてを使う必要はありません。ケアマネジャーの経験や課題に応じて、項目を絞って活用することが効果的です。

■　活用のメリット・効果

OJTの場面でケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）を活用することで、次のような効果が期待できます。

- 担当ケアマネジャーの思考過程を可視化できる
- 指導者と受け手が共通の視点でケアプランを確認できる
- 「正解探し」ではなく、「考え方の整理」に焦点を当てた対話が可能になる
- アセスメントから計画へのつながりを構造的に確認できる

6. 研修での活用

事業所内研修、自治体や職能団体が実施する研修、新人研修等において活用します。
研修の場面では、ケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）をケアマネジメントの基本的な視点を共有するための教材として活用します。個人ワークとしてのセルフチェックや、グループワークでの事例検討など、研修の目的に応じた使い方が可能です。

研修においても、「記載の有無を確認すること」が目的とならないよう留意し、ケアマネジャー自身が、自分の得意・不得意や判断の根拠に気づくことを重視して活用します。

■　使い方のポイント

研修の場面では、本ツールをケアマネジメントの基本的な視点を共有するための教材として活用します。
ケアプラン点検項目は、ケアプラン作成において特に確認すべきポイントを整理したものです。

- 個人ワークとしてのセルフチェック
- グループワークでの事例検討

など、さまざまな研修形式に応用することが可能です。

特に、

- 多職種連携
- 介護保険外サービス
- 地域資源の活用
- 利用者・家族の意向の捉え方

などの項目は、研修を通じて考え方を共有する素材として有効です。

■　活用のメリット・効果

研修の場面でケアプラン点検項目マニュアル（セルフチェック版）を活用することで、次のような効果が期待できます。

- ケアマネジメントにおける基本的視点をケアマネジャーと共有できる
- 多職種連携や地域資源活用などの視点を体系的に確認できる
- ケアマネジャーが自分の得意・不得意や判断傾向に気づく機会になる
- 参加者間で、ケアマネジメントの考え方を言語化して共有できる

令和7年度老人保健健康増進等事業
ケアプラン点検の効果的な実施方法に関する
調査研究事業

株式会社NTTデータ経営研究所

2026年3月