みちラボ　精神科訪問看護

基礎教育カリキュラム（3か月）



1ヶ月目　基礎を身につける（知識・同行）

精神科訪問看護の基本を理解し、訪問の流れや観察の視点を学び、
安心して同行訪問ができることを目指します。

1 会社理念・接遇

学ぶこと

- みちラボの理念・ビジョン
- リカバリー支援とは
- 接遇の基本
- 身だしなみ・訪問マナー

ポイント

人としての信頼関係が、
支援のすべての土台になります。



2 制度理解

学ぶこと

- 訪問看護制度の概要
- 精神科訪問看護基本療養費
- 医療保険・自立支援医療
- 生活保護制度
- 指示書・計画書・報告書の役割

ポイント

制度を理解することで、
適切なサービス提供と
報酬算定ができます。



3 精神疾患の基礎

学ぶこと

- 統合失調症
- 双極性障害（躁うつ病）
- うつ病
- 発達障害（ASD・ADHD）
- 知的障害・認知症・依存症

ポイント

疾患の特徴を理解し、
その人に合わせた関わりを
考えることが大切です。



4 薬の理解

学ぶこと

- 抗精神病薬
- 抗うつ薬・気分安定薬
- 睡眠薬・抗不安薬
- 主な副作用（EPS・悪性症候群など）
- 服薬支援のポイント

ポイント

薬の理解は、体調変化の早期発見や
服薬支援に欠かせません。



5 同行訪問（毎日）

学ぶポイント

- 挨拶・自己紹介の仕方
- 会話の流れ・聴き方
- 観察の視点
- 記録の取り方
- 時間管理・訪問の流れ

ポイント

まずは見て学び、
気づきを
メモして振り返
りましょう。



6 1ヶ月目の到達目標

目指す姿

訪問の流れを理解し、
同行訪問で学んだことを
説明できるようになる

チェックしてみよう！

- ☐ 訪問の準備ができる
- ☐ 挨拶・自己紹介ができる
- ☐ 利用者の話を聴くことができる
- ☐ 基本的な観察ポイントがわかる
- ☐ 記録の流れがわかる
- ☐ 時間管理ができる

この1ヶ月の心構え

「まずは知り、見て、聴いて、気づくこと」

焦らず、ひとつずつ、確実に身につけていきましょう。
わからないことは、すぐに相談してください。

毎日の振り返りを大切に！



みちラボは、あなたの成長を全力でサポートします！

みちラボ
精神科訪問看護ステーション

みちラボ　精神科訪問看護

基礎教育カリキュラム（3か月）

2ヶ月目

実践力を身につける

利用者さんの状態を正しくアセスメントし、信頼関係を深めながら、安全に支援できる力を養います。



1 コミュニケーション・信頼関係

信頼関係を築く10のコツを意識しよう！

1. 笑顔であいさつ
2. まずは相手の話を聴く
3. 否定せず、受け止める
4. 共感の言葉を伝える
5. 沈黙を恐れない
6. 相手のペースを尊重する
7. 約束を守る
8. 小さな変化に気づき、言葉にする
9. 適切な距離感（パウンダリー）を保つ
10. ユーモアを大切にする（場の空気を和らげる）

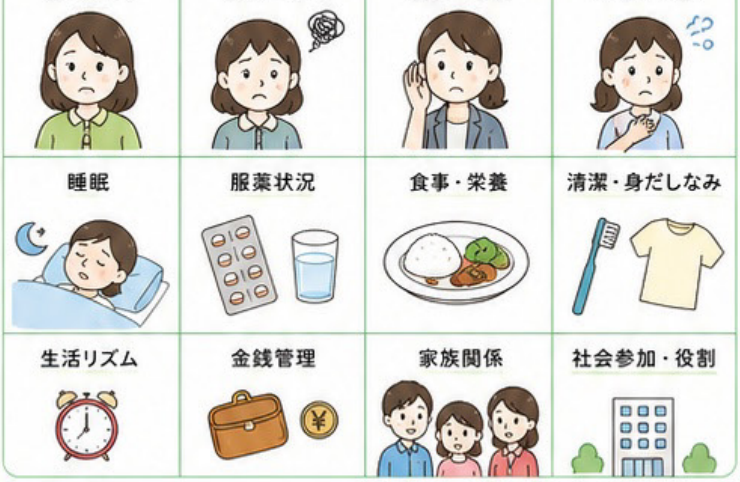


ポイント
信頼関係は「安心して話せること」から生まれます。
焦らず、相手のペースに合わせることが大切です。

2 精神科アセスメントのポイント

訪問時に観察・確認する項目

表情・様子	気分・情緒	幻覚・妄想	不安・焦燥
睡眠	服薬状況	食事・栄養	清潔・身だしなみ
生活リズム	金銭管理	家族関係	社会参加・役割



ポイント
小さな変化を見逃さず、本人の言葉と合わせてアセスメントしましょう。

3 SOAP記録の書き方

訪問の内容を正確に記録し、チームで共有しよう！

S 主観的情報（Subjective）
利用者さんの言葉（訴え・気持ち）を記載する
例：「眠れない」「不安でいっぱい」など

O 客観的情報（Objective）
観察した事実や客観的データを記載する
例：表情が硬い、幻聴の内容を話している 等

A 評価（Assessment）
情報をもとに状態を分析・評価する
例：不安が強く、睡眠障害が悪化している

P 計画（Plan）
今後の支援内容・目標を記載する
例：明日は服薬確認と気分の確認を行う

記録例

S：「最近、眠れなくて不安です。幻聴の声も気になります。」。

O：表情は不安そう。夜間の不眠あり。幻聴の内容は「悪口を言われている」。

A：不安の増強により不眠と幻聴が強まっている。安全性の確認が必要。

P：翌日も訪問し、気分・睡眠・服薬状況の確認を行う。主治医に情報共有。

4 危機介入の基本

早期発見・早期対応が命を守ります

- 自傷・自殺のサインを見逃さない
- 希死念慮の確認（直接的に聞くことも必要）
- 興奮・暴力の前兆を観察する
- 安全確保を最優先する
- 必要時は医師・家族・関係機関と連携する
- 救急搬送の判断基準を理解する

ポイント
迷ったときは必ずチームで相談！
一人で抱え込まないことが大切です。



5 同行訪問 → 一部実施へ

少しずつ主体性を持って実践してみましょう！



ポイント　できたことを一緒に振り返り、自信につなげていきましょう！

6 家族支援・多職種連携

一人で支えるのではなく、チームで支えます



ポイント　情報を共有し、本人・家族が安心して生活できる環境をつくりましょう。

今月の学びを振り返ろう！

- ☑ 信頼関係づくりのポイントがわかった
- ☑ アセスメントの視点を理解できた
- ☑ SOAP記録の書き方を実践できた
- ☑ 危機対応の流れを理解できた
- ☑ 同行訪問で主体的に取り組めた

わからないことや迷うことがあれば、すぐに相談しよう！



今月の目標

- ★ 半分程度は主体的に訪問できるようになる
- ★ アセスメントと記録を正確に行う
- ★ チームで連携し、安全な支援ができるようになる



みちラボは、あなたの成長を全力でサポートします！ 一緒に学び、利用者さんの「その人らしい生活」を支えましょう！

みちラボ
訪問看護ステーション

みちラボ　精神科訪問看護

基礎教育カリキュラム（3か月）

3ヶ月目　自立して、安全に支援する

これまでの学びを活かし、単独訪問ができる力を身につけ、チームの一員として、利用者さんとそのご家族を支えていきます。



1 単独訪問の開始

軽症・安定した利用者さんからスタート！

- 担当者と相談し、段階的に単独訪問を増やします
- 訪問前に情報を確認し、計画を立てましょう
- 訪問後は振り返りを行い、気づきを次につなげます



単独訪問のポイント

- ☑ 時間に余裕を持って行動する
- ☑ あいさつ・自己紹介を丁寧にする
- ☑ 利用者さんのペースを大切にする
- ☑ 変化に気づき、記録につなげる
- ☑ 迷ったときはすぐに相談する

一人で訪問できることは「ゴール」ではなく「スタート」です。
安心・安全を最優先に、丁寧な支援を続けていきましょう。

2 ケース検討・振り返り（毎週）

チームで一緒に考え、支援の質を高めよう！

- 困っていること、迷っていることを共有する
- 成功した支援やうまくいった関わりを共有する
- 他のスタッフの視点も学びにつなげる

振り返りの視点（例）

- ○ 利用者さんの変化は？
- ○ 支援でよかったことは？
- ○ 次回の目標は？
- ○ 他職種や家族との連携で必要なことは？



一人で抱え込まず、チームで支え合うことが、
安心・安全を支援につながります。

3 多職種連携の実践

つながることで、より良い支援ができる！

主治医	相談支援専門員	グループホーム	家族・本人	行政・福祉
病状や治療方針の共有	サービス・制度の調整	生活状況の共有と支援の連携	思いを尊重し、共に考える	制度やサービスの活用・調整

連携のポイント

- 情報は正確に、必要な範囲で共有する
- 相手の立場を尊重し、丁寧な連絡・報告を心がける
- 連携の手段（電話・FAX・記録など）を使い分ける

4 オンコール・夜間休日対応の実践

安全に対応するために、流れを確認しよう！

オンコール対応の基本

- 利用者さんからの電話を受ける
- 状況を確認し、アセスメントする
- 対応方針を判断し、記録する
- 必要に応じて訪問・救急要請・医師連絡を行う

対応の心構え

- 声を落ち着かせ、ゆっくり話す
- 否定せず、気持ちに寄り添う
- 安全確保を最優先に考える
- 判断に迷ったら必ず相談する

夜間訪問が必要なケース（例）

- ☐ 自傷・希死念慮が強い
- ☐ 強い興奮・暴力の危険がある
- ☐ 幻覚・妄想により現実感が著しく低下している
- ☐ 家族が対応困難で支援が必要

夜間・休日の対応は、「安心のバトン」です。
あなたの対応が、利用者さんの命と安心をつなぎます。

5 時間管理・訪問計画の最適化

効率的に、安全に、質の高い訪問を！

訪問時間の目安

- 30分訪問　必要な観察と支援の要点を確認
- 40分訪問　アセスメントや支援をしっかり行う
- 60分訪問　関係調整や家族支援、複雑な支援を行う

時間管理のポイント

- ☑ 訪問前に情報を確認し、計画を立てる
- ☑ 移動時間も考慮し、余裕を持ったスケジュールを組む
- ☑ 記録はその日のうちに整理する
- ☑ 無理のないペースで、質を保つ

1日のスケジュール例

8:30	出勤・朝礼・情報共有
9:00	1件目訪問
10:00	記録・移動
11:00	2件目訪問
12:00	休憩
13:00	3件目訪問
14:30	記録・連絡
16:00	カンファレンス
17:00	記録・終礼・退勤

6 修了に向けて・次のステップへ

自分の成長を実感し、次の目標へ！

3か月の振り返り

- ☑ 訪問の流れを理解し、自信を持ってできるようになった
- ☑ アセスメント力が向上した
- ☑ 利用者さんや家族との信頼関係が深まった
- ☑ チームや多職種と連携できるようになった
- ☑ オンコール対応に落ち着いて取り組めるようになった

次のステップ（例）

- 複雑なケースへの挑戦
- 後輩へのサポート
- 専門性の向上（研修参加）
- リーダーシップの発揮



あなたの成長は、利用者さんの「その人らしい生活」を支える力になります。
これからも、学び続け、笑顔のバトンをつないでいきましょう！

単独訪問チェックリスト（目安）

- ☐ 訪問前に情報を確認し、計画を立てられる
- ☐ 時間を守って訪問できる
- ☐ 信頼関係を意識した関わりができる
- ☐ アセスメントのポイントを押さえられる
- ☐ 必要な支援・助言ができる
- ☐ SOAP記録を正確に書ける
- ☐ 多職種と適切に連携できる
- ☐ 危機時に冷静に対応できる
- ☐ オンコール対応の流れを理解している
- ☐ 報告・連絡・相談ができる

3か月間、おつかれさまでした！

あなたの努力と成長が、利用者さんの安心と笑顔につながります。
ここからがあなたのスタートです。一緒に、みちラボの仲間として、
笑顔のバトンをつないでいきましょう！

みちラボは、あなたの成長を全力でサポートします！ 一緒に、安心・笑顔・元気を届けましょう！

みちラボ
訪問看護ステーション

精神科訪問看護 在宅訪問 基本マニュアル

訪問看護ステーション みちラボ

目的

利用者が住み慣れた地域で安心して生活を継続できるよう、精神状態・身体状態・生活状況を総合的に把握し、本人のリカバリーを支援する。



基本姿勢

私たちは利用者を「患者」ではなく、一人の生活者として尊重する。

- 安心感を与える関わり
- 傾聴を基本としたコミュニケーション
- 本人の強みを活かした支援
- 否定・説得ではなく共感を優先する
- 安全を最優先に行動する



1 訪問前

- ☐ 前回記録を確認する
- ☐ 主治医・相談員・家族からの情報共有を確認
- ☐ 当日の訪問目的を整理する
- ☐ 必要物品を準備する
- ☐ リスク情報を確認

必要物品（例）

血圧計
体温計
パルスオキシメーター
名札・手指消毒
必要書類 など



リスク情報の確認（例）

- 暴力歴・自傷歴・希死念慮
- 飲酒・薬物・感染症
- ペット・家族状況 など



訪問時間に関するルール（必ず守ること）

- ☑ 訪問時間の開始時間は、基本は予定時刻でお願いします
- ☑ 訪問時間は、基本30分～です
- ☑ 開始時間に遅れる場合は、必ず事前に連絡を入れること



2 訪問時

① あいさつ・観察（第一印象を大切に）

笑顔で名乗る。本人の表情・声の調子・服装・室内環境を自然に観察する。



② 観察（アセスメント）※全体を総合的に把握する

精神状態

- 表情　・不安
- 会話量・幻覚・妄想
- 気分　・睡眠
- 食欲　・意欲
- 集中力・判断力
- 自傷・他害リスク



身体状態

- バイタルサイン
- 食事
- 排泄
- 疼痛
- 転倒
- ADL



生活状況

- 室内環境・金銭管理
- ゴミ　・　入浴・洗濯
- 買い物・家族関係
- 近隣トラブル
- 社会参加 など



③ 支援（本人に合わせて実施）

傾聴・精神療法
不安軽減
服薬確認
生活指導
家族支援
社会資源活用 リカバリー支援



④ バイタル測定

必要性を説明してから実施する。
拒否がある場合は無理に行わず、理由を確認し記録する。



⑤ 次回訪問の確認

- 訪問日時を確認する
- 困った時の連絡方法を説明する
- 必要事項を伝える



3 危険を感じた場合

次の場合は無理に訪問を継続しない。

- 暴力・刃物・強い興奮
- 飲酒泥酔・薬物使用
- 身の危険を感じる状況



速やかに退室し、管理者へ報告する。
必要時は 110番・119番・主治医へ連絡する。



110 警察

119 救急



4 訪問終了後

記録の作成（速やかに）

以下を必ず記録する。

- ✓ 精神状態
- ✓ 身体状態
- ✓ 実施内容
- ✓ 利用者の反応
- ✓ 今後の課題
- ✓ 次回訪問内容



情報共有（必要時）

主治医・相談支援専門員・家族・関係機関へ情報共有する。



5 報告・連絡・相談

以下は必ず当日中に管理者へ報告する。



希死念慮 自傷
他害・暴力
薬の大量内服
入院が必要と思われる状態
虐待疑い
事故
苦情
ヒヤリハット

迷った時は、一人で判断せず必ず相談する。



みちラボの基本方針



私たちは利用者の「できないこと」ではなく「できること」に目を向ける。
本人・家族・地域との信頼関係を大切にし、安心して地域生活を継続できるよう支援する。

「安心・安全・継続・成長」を基本理念とし、専門職として誠実に行動する。



精神科訪問看護 在宅訪問 接遇マニュアル

～相手を尊重し、信頼関係を築くために～

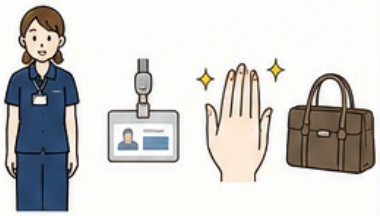
訪問看護ステーション
みちラボ
MICHILABO



私たちは「支援する人」ではなく、「利用者様の生活に寄り添う支援者」です。
利用者様のご自宅へ訪問させていただくという謙虚な姿勢を忘れず、
安心感と信頼関係を大切にします。

❶ 身だしなみ

- ✓ 清潔感のある服装・制服を着用する
- ✓ 名札を見える位置に着用する
- ✓ 髪型・爪・ひげを清潔に整える
- ✓ 香水や強い柔軟剤など、強い香りは控える
- ✓ 靴や訪問バッグも清潔に保つ



❷ あいさつ・第一印象

- ✓ 笑顔で名乗る
- ✓ 相手の目を見て挨拶する
- ✓ インターホンや玄関先でも丁寧な言葉遣いを心掛ける
- ✓ 室内へ入る際は「失礼いたします」と一声かける



❸ 靴・持ち物のマナー

- ✓ 脱いだ靴は向きを揃えて端に置く
- ✓ 訪問バッグは床へ直接置かず、敷物や利用者様の了承を得た場所へ置く
- ✓ 家具や壁に荷物を立て掛けない
- ✓ 室内を汚さないよう配慮する







❹ 言葉遣い

利用者様の年齢・生活歴・性格・認知機能・障害特性に合わせた言葉遣いを心掛ける。

- ✓ 敬語を基本とする
- ✓ 子ども扱いをしない
- ✓ 命令口調にならない
- ✓ 専門用語をできるだけ使わない
- ✓ 否定する前に受け止める

【例】

✕ 違います。
↓
○ そう感じられたのですね。

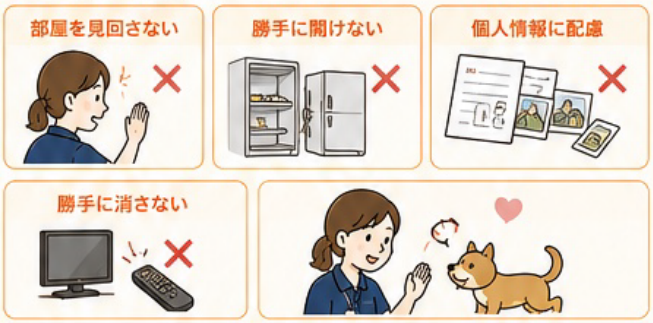


✕ 薬を飲んでください。
↓
○ お薬について一緒に確認してみましょう。



❺ 利用者様宅での配慮

- ✓ 許可なく部屋を見回さない
- ✓ 冷蔵庫や収納などを勝手に開けない
- ✓ 写真や郵便物など個人情報に必要以上に触れない
- ✓ テレビ・音楽などを勝手に消さない
- ✓ ペットにも配慮する



❻ コミュニケーション

- ✓ まず傾聴する
- ✓ 相づちを適度に入れる
- ✓ 話を遮らない
- ✓ 沈黙も支援の時間として受け止める
- ✓ 利用者様のペースを尊重する



❼ 訪問終了時

- ✓ 忘れ物がないか確認する
- ✓ 次回訪問日時を確認する
- ✓ 「本日もありがとうございました。」と挨拶する
- ✓ 靴を揃えて履き、静かに退出する





みちラボの接遇五か条

❶ 相手を尊重する



一人の生活者として尊重し、思いやりの心を持って関わります。

❷ 笑顔とあいさつを大切にする



笑顔でのあいさつは信頼関係の第一歩です。

❸ 生活の場を汚さない・乱さない



清潔・整理整頓を心掛け、利用者様の大切な生活の場を守ります。

❹ 丁寧な言葉遣いを心掛ける



相手に合った言葉遣いで、安心して話せる関係を築きます。

❺ 「また来てほしい」と思っていただける訪問を目指す



信頼される存在となり、継続的な支援につなげます。

こんな言葉・対応は避けましょう（NG例）

- ✕ 決めつける言葉
  「どうせ～でしょ」「やる気がないだけ」
- ✕ 否定する言葉
  「そんなことはない」「甘えている」
- ✕ 命令・指示の言葉
  「早くして」「ちゃんとしなさい」
- ✕ 比較する言葉
  「他の人はできているのに」
- ✕ プライバシーを踏み込む質問
  「収入はいくらですか？」



大切にしたいこと

訪問はその人の「生活」にお邪魔させていただくこと。
感謝の気持ちと謙虚な姿勢を忘れず、信頼を積み重ねていきましょう。



施設（グループホーム）訪問マニュアル

～利用者様の生活を支えるチームの一員として、謙虚さと丁寧さを大切に～

1．目的

利用者様の心身の状態を把握し、必要な看護を提供するとともに、施設職員と連携しながら、安心して地域生活を継続できるよう支援します。
私たちは医療職であると同時に、支援チームの一員です。



2．基本姿勢

- **相手にも事情があるという視点を持つ**
  施設の運営・人員体制・業務の多さなど、見えない事情があります。
- **謙虚さ・丁寧さを大切にする**
  一つひとつの言葉や態度が信頼関係につながります。
- **施設職員を支援チームの一員として尊重する**
  日々の生活を支えている大切なパートナーです。
- **一人ひとりの対応が、事業所全体の信頼につながる**
  みちラボの代表として訪問している意識を持ちましょう。

3．訪問時の基本対応（チェックリスト）

訪問前（準備）

- ☐ 訪問目的・看護計画を確認
- ☐ 前回記録・申し送りを確認
- ☐ 必要時、施設職員へ利用者様の近況を確認
- ☐ 持ち物・時間の確認

時間の確保の目安
十分なアセスメント・支援・記録・情報共有ができる時間を確保する
（目安：30分以上）



訪問中（利用者様への支援）

- ☐ 精神状態・表情の観察
- ☐ 身体状態の確認（バイタルサイン含む ※必要時）
- ☐ 睡眠・食事・水分・排泄の確認
- ☐ 服薬状況の確認
- ☐ 生活状況・困りごとの確認
- ☐ 必要な看護・助言・支援の実施
- ☐ 利用者様との信頼関係づくり



連携・情報共有

- ☐ 状況に応じて施設職員と情報共有を行う
- ☐ 気になる変化や必要事項は積極的に共有
- ☐ 緊急性や重要事項は速やかに報告・相談
- ☐ 施設の運用ルールや希望事項を確認・尊重する



訪問後（記録・報告）

- ☐ 実施内容を正確に記録
- ☐ 必要な情報を申し送り
- ☐ 主治医・相談支援専門員等関係機関への連絡が必要な場合は速やかに行う



バイタルサイン測定について

- 看護計画や利用者様の状態に応じて実施します。
  実施しなかった場合は、理由を記録に残しましょう。



記録のポイント

- 客観的に、具体的に記載する
- 施設職員に伝えた内容も記録する
- 第三者が見ても状況がわかる記録を心がける



4．大切にしたいマナーと心がけ

- あいさつと感謝の気持ちを忘れない
- 時間厳守（開始・終了時間を守る）
- 施設のルールや方針を尊重する
- 利用者様・職員のプライバシーを守る
- 不適切な言動や批判はしない
- 「どうすれば良くなるか」を一緒に考える姿勢を持つ



5．私たちが目指す訪問

利用者様・ご家族・施設職員・相談支援専門員・主治医など、多職種と協働し、安心して地域生活を送れるよう支援します。
常に「謙虚さ」「丁寧さ」「協働」を意識し、信頼される訪問看護を実践しましょう。



緊急時の対応

急変など緊急時は、まずは施設職員と連携し、必要に応じて主治医・ご家族へ連絡。
迷ったときは、管理者へ報告・相談する。



わからないこと・困ったことがあれば

一人で抱え込まず、すぐに管理者・リーダーに相談しましょう。
チームで支えることが、利用者様の安心につながります。

訪問看護ステーション みちラボ



精神科訪問看護 初回訪問マニュアル①～④

～信頼関係を築き、安心につながる第一歩～

訪問看護ステーション
みちラボ
MICHILABO

初回訪問の目的

利用者さんやご家族と信頼関係を築き、心身の状態や生活状況を把握し、訪問看護の役割を説明しながら、今後の支援方針を一緒に考えます。

ポイント：信頼関係づくり7割・アセスメント3割の意識で関わりましょう



1 初回訪問の目的（5つの柱）

❶ 信頼関係を築く（ラポール形成）



❷ 心身の状態を把握する



❸ 生活状況を把握する



❹ 訪問看護の役割を説明する



❺ 今後の支援方針を共有する



初回訪問で大切にしたいこと

- ☑ 利用者さんの話を最後まで傾聴する
- ☑ 否定や説得よりも、共感を大切にする
- ☑ 本人の強みや「できていること」に目を向ける
- ☑ 小さな変化を見逃さない
- ☑ 安全を最優先に支援する



2 訪問前の準備

情報収集（確認しておくこと）



- 主治医指示書・看護計画
- 紹介状　・サマリー
- 入退院歴　・診断名
- 家族構成　・キーパーソン
- 利用中のサービス
- 既往歴　・身体疾患
- リスク情報　・緊急連絡先

リスク確認（必ず確認！）



- 暴力歴　・自傷歴
- 希死念慮　・自傷行為
- 飲酒　・薬物使用
- 刃物　・危険物の有無
- ペット　・感染症など

持ち物チェック



- 血圧計　・体温計
- パルスオキシメーター
- アルコール消毒　・手袋
- パンフレット　・名札
- 契約書類　（必要時）
- 筆記用具　・メモ帳
- その他（連絡先一覧など）

本日の目標を確認



例）

- 睡眠状況の確認
- 服薬状況の確認
- 不安への対応
- 生活リズムの確認　など

目標を明確にして訪問に臨みましょう

3 訪問開始（玄関）

あいさつ例

こんにちは。
訪問看護ステーション
みちラボの○○です。
本日から担当させて
いただきます。
よろしくお願いいたします。



第一印象の観察ポイント

表情・視線　身だしなみ 服装　声の大きさ 話し方　歩行・姿勢 動き　部屋の様子 生活環境



ポイント

玄関での様子から、普段との違いや変化を意識して観察します。

あいさつ例

本日はお会いできて
嬉しいです。
よろしくお願いいたします。



4 室内へ入る

室内へ入る前に一声かけます

失礼いたします。



ポイント

必ず一声かけてから入室しましょう。

室内でのマナー



靴を揃える　荷物は床に直接置かない　室内を見回さない　許可なく物に触れない

アイスブレイク（安心づくり）

いきなり病気や生活のことは聞きません。
まずは安心していただくことが大切です。

例）

- 今日の天気
- 趣味や好きなこと
- お部屋の植物やペット
- 最近の出来事　など



次回ページ（⑤～⑪）で詳しく解説します

⑤本人の思いを聞く　⑥アセスメント（精神・身体・生活・服薬）
⑦リスク評価　⑧訪問看護の説明　⑨目標設定　⑩訪問終了
⑪訪問後の対応



精神科訪問看護 初回訪問マニュアル⑤〜⑪

～信頼関係を築き、安心につながる第一歩～

訪問看護ステーション みちラボ MICHILABO



⑤ アイスブレイク（安心して話せる雰囲気づくり）

いきなり病気や困りごとを聞くのではなく、まずは安心してもらうことが大切です。

話題の例

- 今日の天気
- 趣味や好きなこと
- お部屋の植物やペット
- 最近の出来事
- 好きな食べ物や飲み物　など



ポイント　笑顔・うなずき・相づちを意識し、「安心して話せる人」と感じてもらいましょう。

⑥ 本人の思いを聞く（傾聴が最優先）

本人の言葉を最後まで聴き、気持ちや思いを大切にします。



質問の例

- 今日はどんなお気持ちで訪問を受けようと思われましたか？
- 何か困っていることはありますか？
- 訪問看護に期待していることはありますか？
- 今、一番大切にしたいことはどんなことですか？



ポイント
- 途中で遮らず、最後まで聴きましょう。
- 否定せず、共感の姿勢で聴きます。



⑦ アセスメント（心身・生活・環境を把握する）

以下の視点で全体を把握します。

1. 精神状態

- ☐ 気分・感情（落ち込み・不安など）
- ☐ 思考（妄想・希死念慮など）
- ☐ 知覚（幻聴・幻視など）
- ☐ 会話（会話量・理解力・集中力）
- ☐ 意欲・興味
- ☐ 判断力・見当識



2. 身体状態

- ☐ バイタルサイン（血圧・脈拍・体温など）
- ☐ 思考（入眠・中途覚醒・早朝覚醒など）
- ☐ 食欲・水分摂取
- ☐ 排泄（便・尿の状況）
- ☐ 疼痛・体調不良
- ☐ 服薬状況
- ☐ 転倒リスク・ADL



3. 生活・環境

- ☐ 食事・入浴・整容・洗濯・掃除
- ☐ 外出・移動手段
- ☐ 金銭管理・買い物
- ☐ 家族・同居者との関係
- ☐ 利用中のサービス
- ☐ 部屋の様子・生活環境



「前回までの情報」と「本人・家族の話」、「実際の生活の様子」をつなげて理解します。

⑧ リスク評価（必ず確認する）

安全に支援を行うために、毎回確認します。

自殺リスク	☐ 希死念慮	☐ 自傷行為
	☐ 絶望感	☐ 自殺企図歴
他害リスク	☐ 暴言・暴力	☐ 興奮・衝動性
	☐ 器物破損	☐ 過去の暴力歴
生活リスク	☐ 孤立	☐ 金銭問題
	☐ ゴミ屋敷・不衛生	☐ 虐待の疑い
医学的リスク	☐ 飲酒	☐ 薬物使用
	☐ 服薬中断	☐ 持病・体調管理

危険を感じた場合は、ひとりで判断せず、管理者へ報告・相談し、必要に応じて主治医や関係機関と連携します。



⑨ 訪問看護の説明（役割とルールを共有する）

説明する内容の例

- 訪問看護の目的・内容
- 訪問頻度と時間
- 緊急時の対応方法（夜間・休日の電話対応など）
- 利用者さんの権利とプライバシーの尊重
- 多職種との連携について
- 費用について（医療保険・自己負担など）



分かりやすい言葉で、ゆっくり丁寧に説明します。
質問がないか確認し、安心して利用していただきます。

⑩ 目標設定（本人と一緒に決める）

目標設定の例

- ✓ まずは朝起きられるようになる
- ✓ 週に1回は外出してみる
- ✓ 薬をきちんと飲めるようになる
- ✓ 不安な時に相談できる人を増やす
- ✓ 家族と穏やかに過ごせるようになる



ポイント　本人が「やってみたい」「できそう」と思える目標を、本人の言葉で設定します。

⑪ 訪問終了（次回につなげる）

確認すること

- ☐ 次回訪問日時の確認
- ☐ 困った時の連絡方法の確認
- ☐ 宿題や目標の確認
- ☐ 質問や不安がないか確認



事業所（平日9:00〜17:30）

夜間・休日の電話番号

訪問後の対応（必ず行うこと）

すぐに行います

- ☐ 訪問記録の作成
- ☐ 情報共有（事業所内）
- ☐ 管理者へ報告
- ☐ 主治医・関係機関への連絡（必要時）



初回訪問の心構え

評価よりも信頼関係づくりを最優先に。
安心して話せる人として、
寄り添う姿勢を大切にしましょう。



大切な姿勢

- ✓ 傾聴・共感・受容の姿勢で接する
- ✓ 小さな変化に気づく
- ✓ 本人の強みや希望に目を向ける
- ✓ チームで支え、ひとりで抱え込まない



みちラボの基本理念

その人らしい生活の実現に向けて、
安心・安全な支援を、
地域の中で一緒に考え、
支え続けます。



訪問看護ステーション
みちラボ
MICHILABO

精神科訪問看護　定期訪問マニュアル

～変化に気づき、安心した地域生活を支える～



定期訪問は、利用者さんの「今」を継続的に把握し、再発予防やリカバリーを支援する大切な時間です。

1 定期訪問の目的

- ☑ 精神状態・身体状態・生活状況の変化を把握する
- ☑ 再発・再入院を予防する
- ☑ 服薬継続を支援する
- ☑ 本人の目標やリカバリーを支援する
- ☑ 安心して地域生活を継続できるよう支援する



2 訪問前の準備

記録・情報確認



- ☑ 前回訪問記録
- ☑ 主治医指示・看護計画
- ☑ 多職種・家族からの情報
- ☑ 前回からの課題・目標



本日の訪問目的を確認（例）



- 睡眠状況の確認
- 服薬状況の確認
- 不安の軽減・相談対応
- 生活状況の確認
- 目標の進捗確認

3 訪問開始（第一印象）

玄関から観察を始め、前回との違いを意識して確認します。

- ☑ 表情・視線
- ☑ 身だしなみ・清潔感
- ☑ 声の大きさ・話し方
- ☑ 歩行・姿勢
- ☑ 部屋の様子・生活環境
（臭い・整理整頓・清潔さなど）



▶ 前回との変化を意識して観察する！

4 アセスメント（全体像を継続的に把握する）

精神状態



- ☐ 気分・感情（落ち込み・不安・イライラなど）
- ☐ 幻聴・幻視・妄想・被害感
- ☐ 思考の内容・まとまり
- ☐ 意欲・集中力・判断力
- ☐ 会話の量・内容・理解力

身体状態



- ☐ バイタルサイン（血圧・脈拍・体温など）
- ☐ 睡眠状況
- ☐ 食欲・水分摂取
- ☐ 排泄状況
- ☐ 疼痛・体調不良
- ☐ 服薬状況・副作用・残薬
- ☐ 体重の変化・体調の訴え

生活状況

- ☐ 食事・入浴・整容・洗濯・掃除
- ☐ 外出・活動量
- ☐ 金銭管理・買い物
- ☐ 家族・同居者との関係
- ☐ 利用中のサービス・制度
- ☐ 部屋の様子・生活環境



5 支援（本人のリカバリーを支える）



- ☐ 傾聴・共感・受容的な関わり
- ☐ 精神療法・相談支援
- ☐ 服薬支援（飲み忘れ・副作用への対応など）
- ☐ 生活支援（生活リズム・金銭管理など）
- ☐ 家族支援・関係調整
- ☐ リカバリー支援（希望や目標の実現に向けて）

「できていること」「強み」「小さな変化」に目を向け、本人の自己決定を尊重する

6 リスクアセスメント（毎回確認する）



- ☐ 希死念慮・自傷行為
- ☐ 他害・暴力・興奮・衝動性
- ☐ 飲酒・薬物使用
- ☐ 服薬中断・自己中断・大量内服
- ☐ 虐待・ネグレクト・DV
- ☐ 緊急受診・入院の必要性

危険を感じた場合は、
一人で判断せず、管理者へ報告・相談し、
必要に応じて主治医や関係機関と連携する。

7 訪問終了・記録

- ☐ 次回訪問日時の確認
- ☐ 困った時の連絡方法の再確認（事業所・主治医・緊急時窓口）
- ☐ 利用者・家族へお礼を伝える
- ☐ 記録を速やかに作成する
- ☐ 情報共有・申し送りを行う
- ☐ 必要時は主治医・家族・関係機関へ報告する



本日もありがとうございました。
また次回、よろしくお願いします。

みちラボの定期訪問　5つの基本姿勢

1 変化を捉える



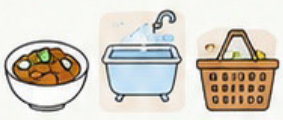
前回・普段・本人らしさとの違いを見逃さない。
小さな変化が大きなサイン。

2 安心感を与える



傾聴・共感・丁寧な関わりで、「話してよかった」と思える関係を築く。

3 生活全体を支える



病気だけでなく、生活そのものに目を向け、地域生活を支える視点を大切にする。

4 強みを活かす



「できていること」「得意なこと」を一緒に確認し、自信と意欲を引き出す。

5 チームで支える



一人で抱え込まず、多職種や管理者と情報共有し、チームで継続的に支援する。

忘れないでおきたいこと

変化に気づき、変化を伝え、変化を支援につなげる

利用者さんの「その人らしい生活」の実現に向けて、今日も一歩ずつ支援していきましょう。





精神科訪問看護 精神状態アセスメントマニュアル

～「変化」を捉え、適切な支援につなげる～

訪問看護ステーション
みちラボ
MICHILABO



私たちは利用者さんの「いつもと違う」に気づき、安心・安全な地域生活を支えます。
※ **前回との変化・普段との違い・本人らしさとの違い** を意識して観察しましょう。

① 第一印象（訪問開始30秒）

- ☐ 表情・笑顔・視線
- ☐ 身だしなみ・清潔感・服装
- ☐ 歩行・姿勢・動作
- ☐ 声の大きさ・話し方・反応
- ☐ 部屋の様子・生活環境





▶ 前回との変化を意識して観察する

② 精神状態

気分・感情

- ☐ 落ち込み
- ☐ 不安
- ☐ イライラ
- ☐ 高揚
- ☐ 感情の変化



思考

- ☐ 話のまとまり
- ☐ 妄想（被害・注察・誇大など）
- ☐ 希死念慮・自責感



知覚

- ☐ 幻聴
- ☐ 幻視
- ☐ 命令性幻聴の有無



会話

- ☐ 会話量
- ☐ 話す速度
- ☐ 理解力・受け答え
- ☐ 集中力



③ 身体状態

- ☐ バイタルサイン



- ☐ 食欲・水分摂取



- ☐ 睡眠状況



- ☐ 疼痛・体調不良



- ☐ 排泄状況



- ☐ 転倒リスク



- ☐ 服薬状況・副作用・残薬



④ 生活状況

- ☐ 室内環境・整理整頓



- ☐ 食事・調理
- ☐ 入浴・整容



- ☐ 洗濯・掃除



- ☐ 金銭管理



- ☐ 外出・活動量



- ☐ 家族・近隣・サービス利用状況



⑤ リスクアセスメント（最重要）

自殺リスク

- ☐ 希死念慮
- ☐ 自傷行為
- ☐ 遺書・メモ
- ☐ 手段の準備
- ☐ 絶望感



他害リスク

- ☐ 暴力・威嚇
- ☐ 興奮・暴言
- ☐ 衝動性の増大



生活リスク

- ☐ ゴミ屋敷
- ☐ 金銭トラブル
- ☐ 虐待・ネグレクト
- ☐ 孤立



医療リスク



- ☐ 飲酒・薬物使用
- ☐ 服薬中断・大量内服
- ☐ 脱水・低栄養
- ☐ 感染症など

危険を感じた場合は、一人で判断せず管理者へ報告・相談する



110番　119番　主治医

アセスメントの基本姿勢

傾聴する



最後まで話を聴きます

共感を大切にする



否定や説得よりも、気持ちに寄り添います

強み・できていることに目を向ける



本人の力を信じて支援します

小さな変化を見逃さない



変化はサインです

安全を最優先に支援する



安心・安全な関わりを常に意識します

みちラボのアセスメントポイント

「その日」ではなく「変化」をみる！

- 前回との変化
- 普段の様子との違い
- 本人らしさとの違い
- リカバリー（回復）に向けた前向きな変化



大切にしたいこと

訪問はその人の「生活」にお邪魔をさせていただくこと。
感謝の気持ちと謙虚な姿勢を忘れず、信頼を積み重ねていきましょう。

