

A	B	定 石	解 説	メ モ
		1. 低コスト	コストの考え方として初期コスト(インシャルコスト)だけでなく運用コスト(ランニングコスト)にも目を向ける必要がある。機器などの購入費用は、福祉制度の利用ができれば、高い機器でも低コストにすることができる。	
		2. シンプル思考	技術好きなサポータは、より高い機能を求めるあまり、システムを複雑にしてしまいがちである。ひいては、ユーザ不在のサポートに陥る。	
		3. 入手が容易	特定の販売店しか入手できないものは極力避けよう。万が一、そこが店をたたんでしまったら、供給が途絶えてしまう。常に代替入手先があるかどうかを確認しよう。理想的には日本全国どこでも入手できるようなものを考えよう。特注品はコスト高になりがちである。可能な限り一般の市場に流れているものを検討しよう。	
		4. 誰もがサポータ	特殊技能を持った人だけがサポータになれると考えるのは間違いである。誰もが基礎的な知識を学ぶことでサポートできるような仕組みを目指そう。時として、町の電気屋さん、機械に不慣れな家族でもサポータになれるように。そのためには、知識や技能の文書化が必要。	
		5. 設置・設定・メンテが容易	特殊技能を要するサポートは極力避けよう。また、特定の技能者だけではなく、家族などもそのサポートに一部参加できるように工夫しよう。重大事故が起こる前に、その前兆を見いだせる唯一の強力なサポータかも知れない。	
		6. 習得が容易	機器操作などでは習得が容易になるように工夫しよう。必要に応じてステップに分け、今日はここまでのように、時間と日にちをかけながらステップアップしていけるように配慮する。手順を記憶に頼るのではなく、見える形に明示することも必要	
		7. 周辺環境への適応	支援している時間は一時だが、利用する人はその場所で生活している支援以外の環境(時間帯、周囲の人の入れ替わり、生活する部屋など)についても理解し、想像力をもってあたること。	
		8. 楽に使える	日々の生活はリハビリ訓練ではない。楽しんで無理せず楽しみながら使うことができることを念頭に置いたサポートをしよう。ただし、反面で身体機能低下につながる場合があるので、その点に注意を向け、必要に応じてポイントを押しさえ伝えることが大切である。	

A	B	定 石	解 説	メ モ
		9. 支援に見通し	問題解決までの期間をただいたずらに引き延ばすことは避けよう。あくまでも短期勝負で対応できるよう配慮しよう。これにより、相談者に当面の見通しを持たすことができる。希望が生まれ、それが動機付けへとつながる。ただし、その先、利用者のニーズがどのように展開していくのかに対する仮説を立て、あるいはどうあるのが望ましいかなど中長期的サポートまでも視野に入れることを忘れない。	
		10. 目に見える, わかる	抽象的な概念はなるべく具象化して示す。目に見える形に置き換えて示すことで、物事に対する共通理解・認識がもてるようにしよう。絵に書いて示す。操作箇所にラベルを貼る。ポラロイド写真などを活用し、理解を促す。不要な情報源は覆い隠すなど工夫しよう。	
		11. 適切なテクノロジー	ハイテクでもなく、ローテク（シンプルテク）でもなく、利用者にちょうどあったテクノロジー、利用環境に適したテクノロジーを見つけよう。そのためには、複数の提案ができること、多様な選択肢を頭の中で描けること。	
		12. 手離れが良いサービス	問題を抱え込まない、適切な人がいたら、その人につないでいこう。	
		13. 百聞は一体験にしかず	何よりも体験することが大切である。可能な限り、実際の生活の場で試してみることを。試用期間にゆとりをもとう。	
		14. 納得の過程	支援者は先走ってやりすぎないことが大切。利用する人と共有しながら、少しずつすすめていくことが重要	
		15. 変化に対応	新しい機器やテクノロジーを使うことで、利用する人の生活は変化する。支援が適切であったかどうか、変化に目を向けること。つまり、初めに立てた計画どおりすすめることが良い支援ではなく、変化に応じて柔軟な支援計画を立てる柔軟な思考力を持つこと。時には一から見直す勇気も大切。	