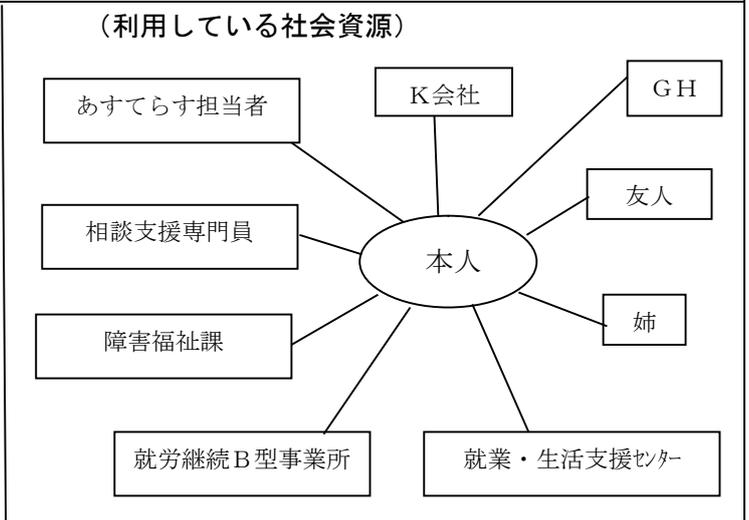


氏名：宇都宮 次郎 様(仮名) 性別(男)・女	年齢 26歳	住所 A市
診断名： 精神発達遅滞	体格・特徴	
手帳： 療育手帳 B2	身長167cm 体重70kg 色黒で筋肉質	
年金： 障害基礎年金2級	真面目 やや顔を斜めにして話す。	

事例提出の理由または意図：
 現在、グループホームを居住として、日中はK会社に勤務している。金銭管理は日常生活自立支援事業（あすてらす）の支援を受けている。
 将来の希望としては、“グループホームから出て、単身生活をしたい”と自立を目指している。
 本人の特性として、自分の気持ちを言葉で伝えにくいことがあり、気になることや心配ごとがあると溜め込みやすく、場合によっては、仕事や日常生活に影響がでてしまう。今は、グループホームの支援員や就労・生活支援センターの支援員、会社の上司、以前通所していた就労継続B型の支援員などから声をかけてもらい、見守ってもらいながらの生活となっている。また、優しすぎる性格から他人に騙されやすいこともある。
 本人の目指す“単身生活”を実現する為にどのような支援が有効か、皆さんからのご意見やお知恵をいただき、今後の支援に活かしたい。

(本人の希望)
 グループホームを出て一人暮らしがしたい。
 お金を上手に使いたい。
 メイド喫茶に行きたい。
 格好いい自転車に乗りたい。
 スポーツジムで運動してみたい。
 (家族)
 姉：心配かけずに自立してほしい。
 母：時々帰省して元気な顔を見せてほしい。



<p>家族構成・関係 (ジェノグラム)</p>	父		H15.11に死去
	母	57歳	知的障害 (B2)・無職
	長姉	34歳	市内在住 子どもが2人
	長兄	31歳	自動車工場勤務
	本人	26歳	GHに住んで、K会社勤務
	長弟	25歳	詳細不明
	長妹	23歳	特別支援学校高等部退学 手帳は未所持
	次弟	19歳	パチンコ店でアルバイト

生活歴および支援経過

0 15歳 18歳 20歳 24歳 25歳 26歳

A市で出生
 小学校就学前検診で発達の遅れを指摘
 小・中学校は特別支援学級に通う
 高校は特別支援学校に通う
 父 入退院繰り返し
 父 死亡
 生活保護受給開始
 公共料金滞納・家がゴミで溢れる
 自己破産
 母に相談支援専門員 介入開始
 持ち家から市営団地に引っ越し
 本人に相談支援専門員 介入開始
 就労継続B型事業所利用開始
 障害基礎年金支給
 家を出た生活を開始
 (4月～9月短期入所、9月～G H)
 3か月後正規雇用へ
 K会社トライアル雇用

<ADL、IADL>

食事：食欲旺盛
 移動：自転車・バス可
 入浴：可
 排泄：可
 買物：可
 洗濯：可
 連絡：携帯所持。
 服薬：なし
 金銭管理：あすてらす

<対人>

自分の気持ちを伝えるのが苦手
 <情緒>
 不安定時に、暴言
 不眠等が有り。
 <趣味>
 ゲーム、音楽、アニメ
 <仕事>
 社用車の洗浄

<生活サイクル>

{平日}

5:00	起床、弁当作り、朝食
6:50	出勤
8:10	到着、勤務
15:30	退勤
17:15	帰宅、夕食、入浴
	余暇
22:30	就寝

<現在の状況>

グループホームでは、40代や50代の方々と一緒に4人で生活している。共同スペースの掃除は入居者が分担して行っている。食事は、世話人さんが調理している。本人は、単身生活を目指しているため、調理等一緒に行くこともある。また、職場の昼食用にお弁当を作り持参。
 グループホームの特徴として、世話人や支援員が交代制で日々違う職員が泊まる。本人としては、話しやすい職員、話しにくい職員がはっきりしていて、悩みなどを解消できないでいると、言葉や行動に雑なところがでてしまう。場合によっては睡眠にも影響して仕事でミスなどもでてしまう。
 仕事内容としては、社用車の洗浄や破棄する資料等のシュレッターがけを行う。本人に対する職場の理解は良く、働きやすい環境となっている。
 余暇としては、自室でテレビやゲーム、音楽を聞いたりして過ごす。休日は、自室で過ごしたり、グループホームのメンバーと外出をしたりするが、月に1～2回程度は、自分で出かかけたり、友人と外出することもある。携帯の課金ゲームをやり過ぎてしまい月4.5万の使用料金が発生したことがあり、断れずに知人にお金を貸してつきまといられることもあり、お金の使い方や交友関係の不安も見られる。

【出された支援のアイデア（⇒主たる担当者・調整する人、おおよその時期）】

- #5 ・相談支援専門員と一緒にスポーツジムを見学してみる。(市の体育館のジムも安価で利用可能)
(⇒本人、相談支援専門員、 H28. 4頃)
- #7 ・計画を立てて、グループホームの世話人さんとメイド喫茶に行く。
グループホーム卒業記念外出 (⇒本人、グループホーム世話人 H28. 5頃)
- #2 ・格好良い自転車に興味を持っているので、相談支援専門員からジャパンカップの観戦を勧めてみる。 (⇒支援者、 H27. 10頃)

・ウィークリーマンションで単身生活体験をしてみる。
(⇒本人、支援者 H28. 6頃)

・法人でサテライト型グループホームを作って、単身生活に向けステップアップ利用。
(⇒法人事業所 事業計画により随時)
- #4 ・(余暇等)多くの希望があるため、本人に確認しながら優先順位を付けて整理する。
(⇒本人、相談支援専門員、 H27. 11頃)
- #1 ・自分の気持ちを表現できる場や方法を改めて整理して明確化する。(相談先一覧表作成)
(⇒本人、支援者 H27. 10頃)

・職場(会社)の協力を得て、仕事のストレス耐性訓練を試みる。
(⇒会社、就業・生活支援センター H28. 4頃)
- #3 ・グループホーム世話人や法人事業所の栄養士に相談しながら、献立を作り、自分で食事を準備するようにしてみる。(⇒本人、グループホーム世話人、栄養士 H27. 11頃)
- #6 ・1人暮らしをする(したい)地域について、相談支援専門員と地域を散策してイメージを付ける。
(⇒本人、友人、相談支援専門員 H28. 4頃)

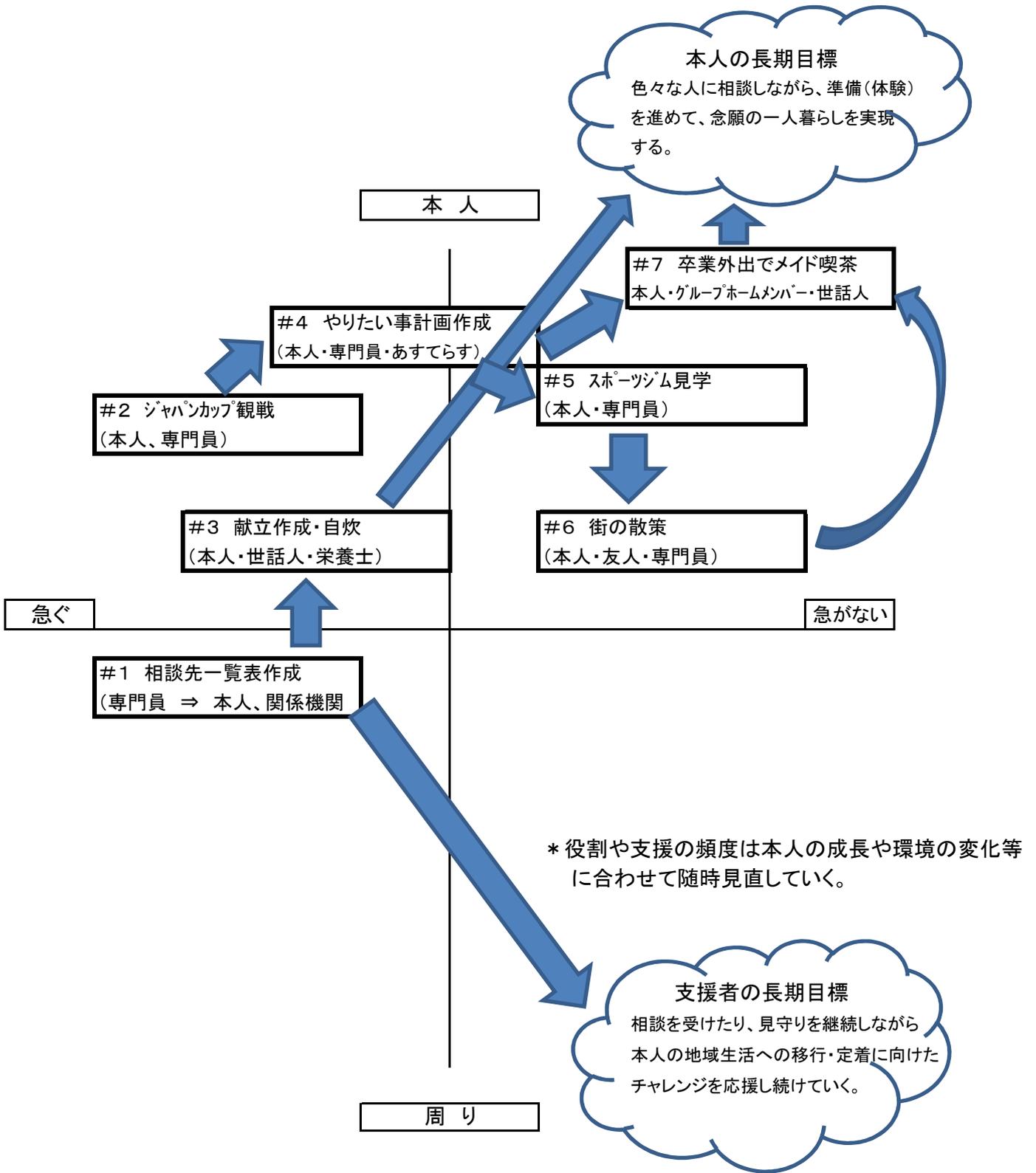
・家族関係をさらに良好にするために、家族の誕生日にプレゼントを贈ることを本人に提案してみる。
(⇒本人、友人、あすてらす H28. 3頃)

* 番号は、出された支援のアイデアに対し、事例提供者が実践したいと選択した支援の順番。

【地域課題(あったらいいな)】

- ・障害理解のある不動産会社(空き物件を体験に安価で提供)
- ・余暇を一緒に楽しんでもくれるボランティア(個別性の高いボランティアバンク)
- ・相談支援専門員協会で「得意な分野部会」(相談支援専門員の個々の才能の活用)
- ・障害に配慮した分かりやすい「タウン誌」
- ・障害者のルームシェア(支援付きの地域生活、ルームシェアによる孤立防止)

【十文字表】



【相談支援専門員の見立て(アセスメント)】

26歳の軽度の精神発達遅滞の男性で、グループホームを利用している。約1年前に就労継続B型事業所から、トライアル雇用を経て、一般就労に繋がり、現在は会社の理解の下社用車の洗浄等の仕事を頑張っている。

本人の能力は高いが、家庭環境(養育環境)による社会経験の乏しさがあり、また自分の気持ちを言葉で表現することが苦手だったり、ストレス耐性の弱い面があるため、声かけ、見守りが必要である。

最近、本人から特定の支援者に対して、一人暮らしの希望や余暇の希望が具体的に表出されるようになり、仕事を頑張っていることで本人が少しずつ自信を持てるようになってきたと推測できる。相談支援専門員の見立てとして、ストレスコントロールや金銭管理の課題はあるものの、本人の意欲が高まっているこのタイミングで単身生活に向けた丁寧な移行支援ができれば、一人暮らしが実現できると思われる。

【支援の方向性(プランニング)】 * 支援のアイデア選択の根拠

#1 自分の気持ちを表現できる場や方法の明確化

本人と、気持ちを表現できる場や方法を話し合うことは、一人暮らしを考える上でも重要である。整理したことを「相談先一覧表」や「クライシスプラン」に表記することによって、本人の不安感の軽減や支援機関の役割を明確に整理することにも繋がるのが期待される。

#2 ジャパンカップの観戦

本人の居住地の大きなイベントとして自転車の国際レースがある。本人から格好良い自転車に乗りたいとの希望が表出されているため、このようなイベントへの参加を勧めることで、余暇(社会参加)の充実が促され、本人のストレスコントロール能力のエンパワメントも期待できる。観戦する際には専門員も同行し、本人の不安軽減と日常とは違う場面での本人の反応についてアセスメントできると良い。

#3 献立作成と自炊

現在は、昼食の弁当のみ自分で作っているが、一人暮らしを想定すると、栄養のバランスも考えながら自分で調理をする必要がある。世話人や栄養士の支援をもらいながら、献立を作ったり、調理をする機会を設けることは、とても良い経験(訓練)になると思われる。

#4 やりたい事計画

本人から、少しずつやりたいことが挙げられるようになったが、本人自身が何からやってみようのか、またやるためにどんな準備が必要なのか分からずに実行に移せない状況がある。本人の希望を聞きながら整理し、実行に移すための計画を立てることはとても有効と思われる。また、計画の内容によってはお金もかかるため、あすてらすの方にも相談できると良い。

#5 スポーツジム見学

やりたい事計画の状況にもよるが、本人が興味を持っているスポーツジムの見学は実行しやすい。見学することでよりイメージも持てると思われる。専門員が同行することで、本人の不安軽減や権利擁護(あまり良く理解できずに、勧められたジムのコースを契約してしまう等)にも繋がる。

#6 街の散策

一人暮らしを考えるうえで、居住地を知ることとはとても重要である。職場から近いか、食料や日用品を買う店はあるか、余暇活動に参加しやすいかなどの視点を持って、本人と散策できると良い。また、散策に慣れてきたら、専門員ではなく、友人と散策する機会を提案するのも良い。

#7 卒業外出でメイド喫茶

計画に「卒業」を位置付けることで本人、支援者が「一人暮らし」をより意識できるため有効。グループホームの世話人にも相談しながら是非実現させたい。

【支援のポイント解説】

グループホームや入所支援施設で生活されているケースでは、常時の見守り体制が確保されていることもあり、今回のようにストレス耐性が弱かったり、金銭管理等の課題がある場合、地域生活＝リスクと心配な面が強調され、なかなか積極的に地域移行に向けた支援が展開されにくい。

そのような中、相談支援専門員は、本人の意欲が高まってきた今が一人暮らしを実現させるためのタイミングとし、本人のストレンクスに着目して計画立案をしている。計画の内容を見ても、本人の不安感に寄り添いながらも本人が頑張ること(チャレンジ)を明確にしており、また、それを支える支援チームも友人や栄養士など多くの協力者を含んでいることも特徴的である。

最後に、計画の中に「卒業」の表現を取り入れた工夫は斬新で、長期目標の達成時期(ゴール)を本人と支援者が意識しやすくする効果が期待できる。

サービス等利用計画・障害児支援利用計画

利用者氏名	宇都宮 次郎 (仮名)	障害支援区分	区分3	相談支援事業者名			
障害福祉サービス受給者証番号		利用者負担上限額	0 円	計画作成担当者			
地域相談支援受給者証番号		モニタリング期間(開始年月)	1か月(H27.9～H27.12)	利用者同意署名欄			
計画作成日	平成27年 9月						
利用者及びその家族の生活に対する意向(希望する生活)	<p>【本人】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グループホームを出て、1人暮らしを頑張りたい。 ・色々な体験(スポーツジム・メイド喫茶・自転車等)をして余暇を楽しみたい。 <p>【家族】</p> <p>(姉)頑張って自立してほしい。(母)時々帰省して元気な顔を見せてほしい。</p>						
総合的な援助の方針	<p>安心した生活が送れるよう生活の場を整え、困った時に本人の気持ちに傾聴できる環境を確保します。</p> <p>本人の希望する『1人暮らし』を実現するためのサポートをします。</p> <p>1人暮らしを実現する。</p>						
長期目標	<p>体験を通して、1人暮らしのイメージが持て、実現に向けた生活力が身につく。</p>						
短期目標							
優先順位	解決すべき課題(本人のニーズ)	支援目標	達成期間	福祉サービス等 種類・内容・量(頻度・期間)	課題解決のための 本人の役割	評価 時期	その他留意事項
1	イライラしない健康に過ごしたい。	困った時に本人が相談しやすい体制(環境)が整う。	H28.3	<ul style="list-style-type: none"> ・共同生活援助(31日/月) ・就業・生活支援センター ・相談支援事業所 	<p>困った時は気軽に相談しましょう。</p> <p>イライラした時の対処法を考えてみましょう。</p>	H27.12	相談支援専門員と一緒に、「相談先一覧表」や「イライラ対処表」を作ってみよう。
2	今の仕事を継続して頑張りたい。	職場の理解を得ながら、意欲的に仕事が続けられる。	H28.8	<ul style="list-style-type: none"> ・会社 ・就業・生活支援センター 	<p>あいさつや仕事の報告を意識しましょう。</p>	H27.12	
3	お金を上手に使いたい。	計画的にお金を使うことを意識できるようになる。	H28.8	<ul style="list-style-type: none"> ・日常生活自立支援事業(あすてらす)(1日/月) 	<p>携帯の課金ゲームをやり過ぎないように気を付けよう。(上限課金額を設定してみる。)</p>	H27.12	「1人暮らし」の実現のため、貯金計画を立ててみましょう。
4	1人暮らしに向けた生活力を身に付けたい。	献立を考え、安全に調理ができるようになる。	H28.8	<ul style="list-style-type: none"> ・共同生活援助(31日/月) 	<p>献立づくりや調理にチャレンジしてみましょう。</p>	H27.12	世話人や栄養士に相談しながら、慣れてきたら、友人を誘って気になる街を探検してみましょう。
	色々な体験をして、余暇を楽しみたい	1人暮らしのイメージが持てるようになる。	H28.3	<ul style="list-style-type: none"> ・相談支援事業所 ・友人 	<p>どんな街に住みたいか、相談支援専門員と地域を歩き考えよう。</p>	H28.3	
			H27.10	<ul style="list-style-type: none"> ・相談支援事業所 	<p>相談支援専門員と一緒にジャパソックスを応援しましょう。</p>	H27.10	興味がある自転車について知りましょう。
		やってみたいことを整理しながら、計画的に色々な体験ができるようになる。	H27.11	<ul style="list-style-type: none"> ・相談支援事業所 	<p>やってみたいことを整理しましょう。</p>	H27.11	実行するための計画も考えてみましょう。
			H28.4	<ul style="list-style-type: none"> ・相談支援事業所 	<p>相談支援専門員と一緒にスポーツジムを見学しましょう。</p>	H28.4	地域の体育館のジム施設も安価で利用できます。
			H28.5	<ul style="list-style-type: none"> ・共同生活援助(31日/月) 	<p>グループホーム卒業記念外出で、メイド喫茶などに出かけましょう。</p>	H28.5	

サービス等利用計画・障害児支援利用計画【週間計画表】

利用者氏名	宇都宮 次郎 (仮名)	障害支援区分	区分3	相談支援事業者名	
障害福祉サービス受給者証番号		利用者負担上限額	0円	計画作成担当者	
地域相談支援受給者証番号					
計画開始年月	平成27年9月				

月	火	水	木	金	土	日	主な日常生活上の活動 <一日の流れ>
6:00	共同生活援助	共同生活援助	共同生活援助	共同生活援助	共同生活援助		5:00 起床 6:00 朝食(自炊)・弁当準備
8:00							6:50 出勤(バス) 8:30 勤務開始
10:00							15:30 退勤(バス)
12:00	一般就労	一般就労	一般就労	一般就労			17:15 グループホーム帰所 18:00 夕食(自炊)
14:00							20:00 入浴 22:30 就寝
16:00					共同生活援助	共同生活援助	*休日等は居室でゲームをしたり、買い物に出かけたりして過ごす。
18:00							週単位以外のサービス
20:00							○共同生活援助のグループ活動に月1回参加。
22:00	共同生活援助	共同生活援助	共同生活援助	共同生活援助			○日常生活自立支援事業(あすてらす) 金銭管理支援で月1回 会社への訪問。
0:00							○就業・生活支援センター 定着支援で月1回 会社への訪問。
2:00							○相談支援事業所 必要に応じて、相談援助。調整・助言・同行等。
4:00							

本人の生活支援における着眼点としては、『1人暮らしをしたい』という希望に寄り添いながら、本人の「相談する力」「家事を行う力」「余暇を楽しむ力」を高めていくことを基本に据えた。そのため、共同生活援助においては、世話人や栄養士の協力を得ながら本人ができることを伸ばしていく支援の工夫を、相談体制においては、目的別の相談先を整理し、相談支援専門員、就業支援ワーカー、あすてらす担当者等が連携を図りながら本人の1人暮らしに向けた体験(チャレンジ)を促していくことを重視し、本計画を作成した。

サービス提供
によって実現
する生活の
全体像