

# わたしの想い、伝わってる？

社会福祉法人東京都手をつなぐ育成会 杉並育成園すだちの里すぎなみ 利用者  
杉並区障害者地域相談支援センター高円寺（すまいる高円寺） 非常勤職員（事務補助）

上田 久美子

社会福祉法人東京都手をつなぐ育成会 杉並育成園すだちの里すぎなみ 副施設長

二宮 史子

# 杉並育成園 すだちの里すぎなみ

地域生活に必要な生活体験と働く場を提供し、3年間を一つの目安として、一人ひとりにふさわしい地域生活の場に移れるよう支援します。（平成18年開所）

## 〈サービス内容〉

施設入所支援 定員50名（男性30名、女性20名）

短期入所 6名

生活介護 44名

自立訓練 6名

就労移行 6名

障害支援区分						
6	5	4	3	2	1	計
12名	25名	9名	3名	1名	-	50名

※一体型利用（日中夜間ともにすだちの里）と体験型利用（日中は外部事業所、夜間はすだちの里）があります。

# すだちの里はどんなところ？

生活場所は10ユニットに分かれています（4～7名で1ユニット）

全員個室で、各ユニットに共有のリビング、キッチン、浴室等があり、GHを想定したつくりになっています。



地域移行者数					
H18～ H29まで	H30	H31	R2	R3…	計
67名	6名	8名	3名	5名	89名

移行先					
グループ ホーム	単身	自宅	他施設	病院	死亡
69名	2名	9名	6名	1名	2名

# すだちの里での生活から本人の思い

## 日中活動のこと

- ・すだちの里喫茶店で活動
- ・株式会社や福祉事業所等での就労実習

→どんな活動をしよう？

## 生活の様子

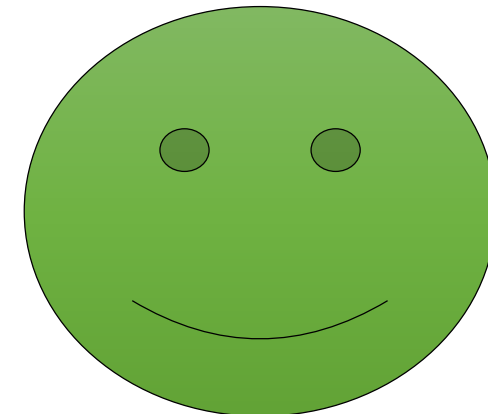
- ・友人関係での悩み
- ・公共交通機関利用等の練習
- ・貴重品の管理
- ・グループホーム等の見学

→どこで誰と暮らそうかな？

## 体調・病気のこと

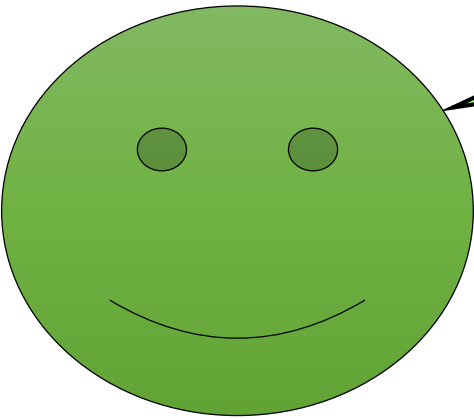
- ・慢性腎炎の悪化、シャント形成手術
- ・透析治療（週3回）
- ・調整食
- ・服薬調整
- ・通院（3病院）

→体のことは、とても心配…



# 「働きたい！」

- すまいる高円寺で就業体験（週に2回、計7時間）
- 封入やシール貼り等の事務作業、広報誌の記事作成等を行いながら、当事者の会を担当している。



仕事を覚えることって難しい…  
電車とバスで通勤するのが大変…

## すまいる高円寺

高円寺福祉事務所のエリア内の在住・在勤の方を対象に、障害手帳の有無や障害種別に関わらず、生活全般に関する相談を行っています。毎日の生活を充実できるように、当事者活動や講座、イベントなども企画しています。

# 「自立した生活がしたい！」

- 単身で通院する（3つの病院）
- 薬を自分で管理する（定時薬・頓服）
- 宅配弁当の注文（調整食）
- 貴重品を自分で管理する  
（保険証や愛の手帳等）
- お金の管理をする  
（成年後見制度の利用手続き中）

アパートで一人暮らし  
がしたいなあ。



# マンスリーマンションでの一人暮らし体験

	午前	午後
月	すだち	すだち
火	すだち	とうせき
水	ゆっくり	すまいる
木	すだち	とうせき
金	ゆっくり	すまいる
土	ゆっくり	とうせき
日	ゆっくり	ゆっくり



※1日に1回、支援者と相談できる機会を作りました。

# 「私のきもち…」

やりたいと思ったこと、言っているのかな？  
話すこと、相談することが苦手だし  
なにができるのか分からない  
できることが増えると嬉しい  
身体が弱いからできないことが多い…  
できなかったら、全部できないのかな？  
やりたいことはなに？と聞かれるけど…

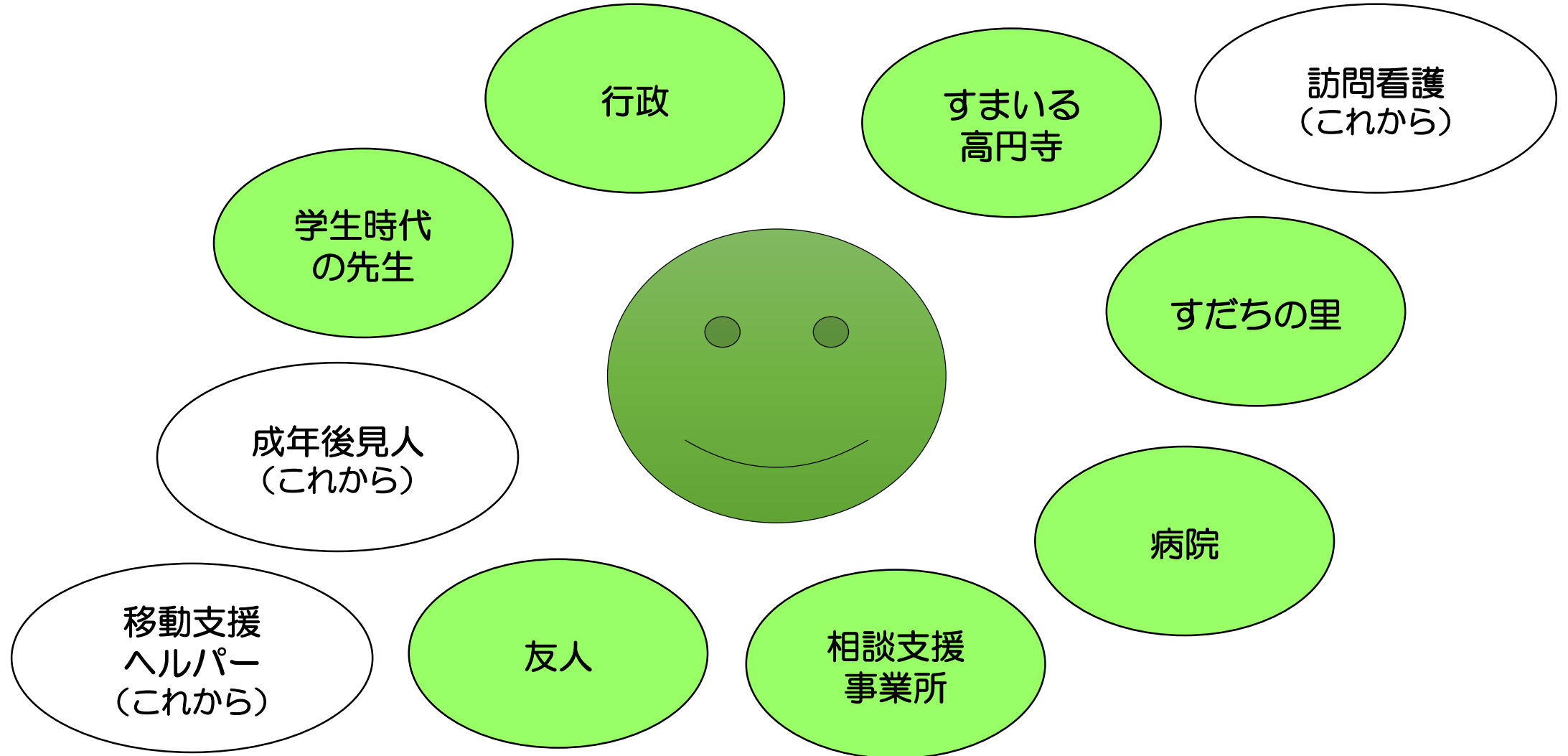


# でも本当は…

- 20代の頃からずっと自立した生活が良いと思っていた
- まずやってみる、そして相談できる人がほしい
- コロナで一人暮らしの練習が遅れていることが不安
- 後見人さんの手続きが進んで良かった
- あきらめたらダメ
- チャレンジしてみるのが大事

やっぱり一人暮らしがしたい！

# ご本人を中心に



これからの想い…

