

【 】 さんの住まい



© 2024 認定NPO法人つなぐ

※この資料は「赤い羽根福祉基金」の
助成を受けて作成しました



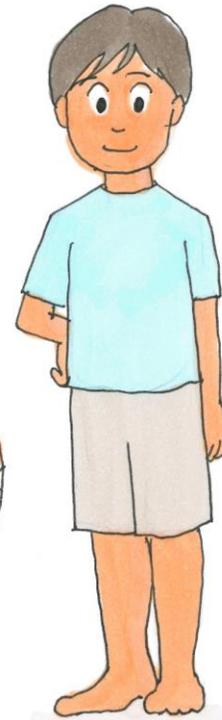
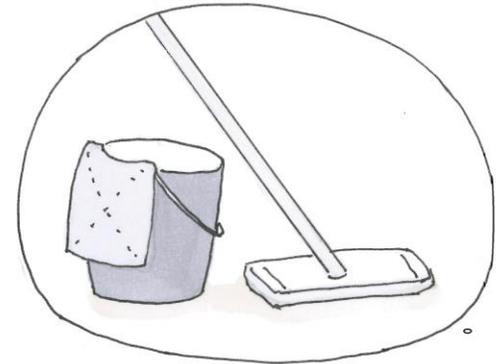
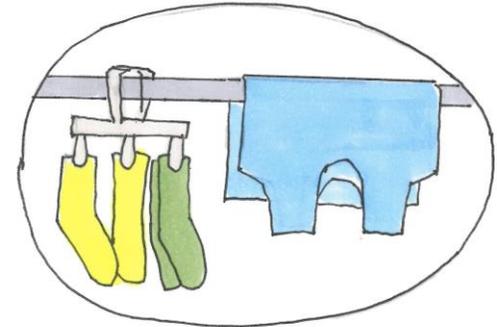
赤い羽根
福祉基金

くらしのスタイル

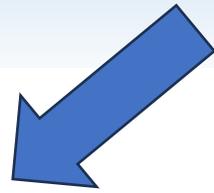
ひとり暮らし

グループホーム

しせつ（障害者支援施設）

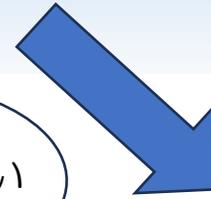
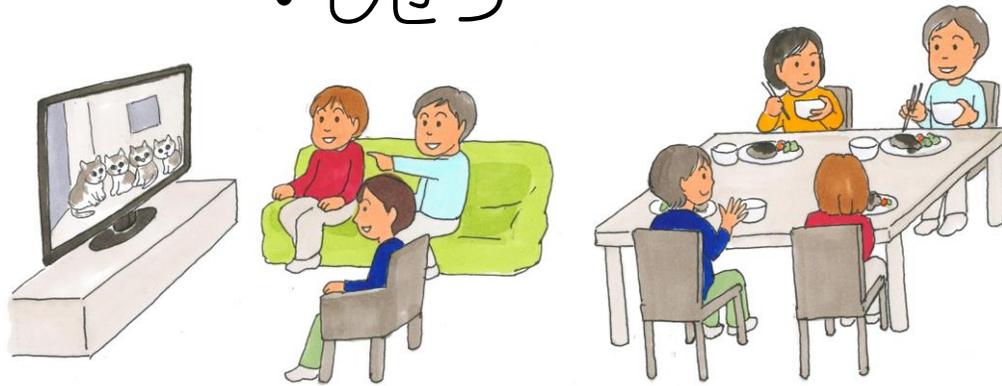


どんなくらしをしたいと思いますか？



だれかとくらしたい

- グループホーム
- しせつ

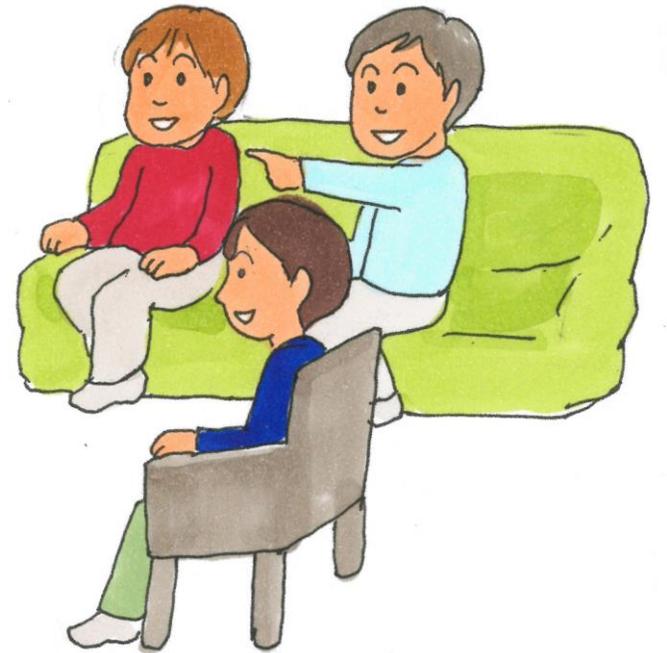
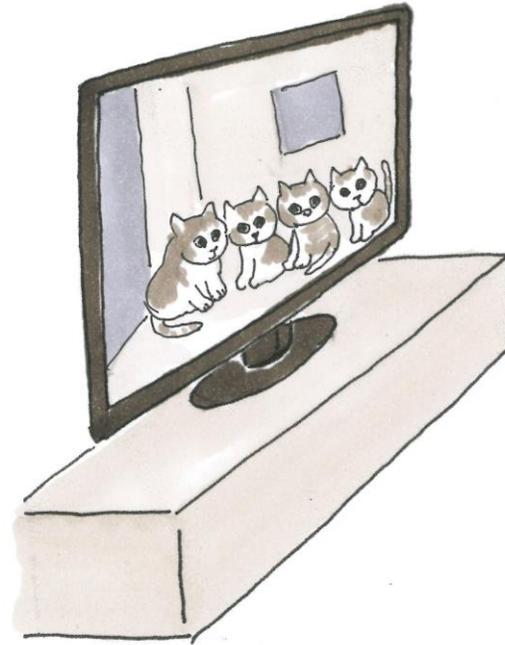
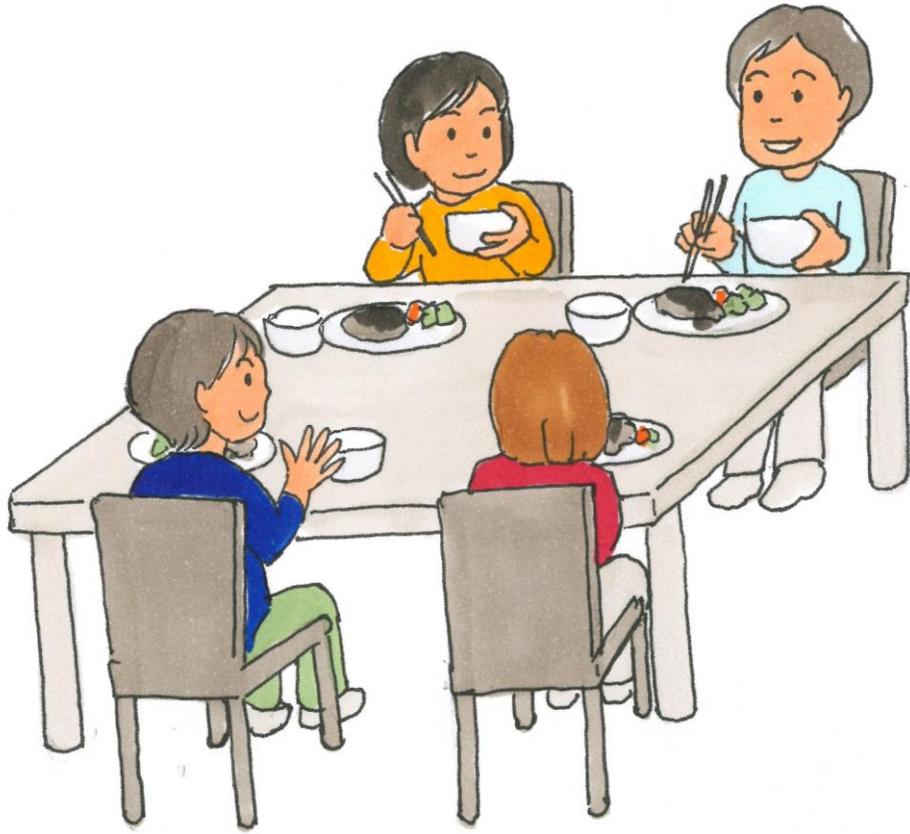


てっだ
手伝ってもらい
ながら

ひとりでくらしたい



グループホーム



グループホーム



グループホーム



グループホーム





できることはひとりで
できないことは てつだってもらって

動画 1 or/and 2

Aさんの生活

平日のスケジュール

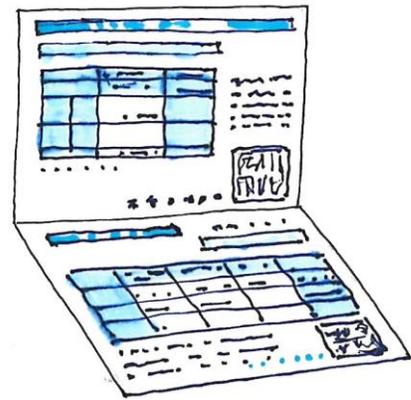
時間	
6:30	起床
7:30	朝食
8:00~9:30	通所先（勤務先）へ出発
16:30~18:00	通所先（勤務先）から帰宅
17:00~	入浴
18:30	夕食
20:00~21:00	歯磨き（就寝準備）
21:00~22:00	就寝

土日のスケジュール

時間	
6:30	起床
7:30	朝食
10:00~16:00	・自由時間 ・ガイドヘルパーさんとおでかけ など
17:00~17:30	入浴
18:30	夕食
20:00~21:00	歯磨き（就寝準備）
21:00~22:00	就寝

【 】 さんの しゅうにゅう 収入

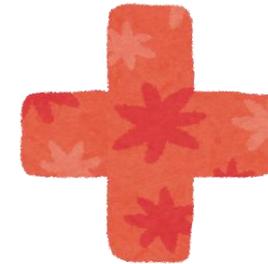
ねんきん
障害基礎年金



こうちん
工賃



た
その他



- 1級 1か月約 84,000円
または
- 2級 1か月約 68,000円

こうちん やく
 工賃約 () 円

た やく
 その他約 () 円

【 】 さんが ^{しはら} ^{かね} 支払うお金

①家賃 (やちん)

②食費 (しょくひ)

③水道光熱費 (すいどうこうねつひ)

③すいどうこうねつひ

④日用品費 (にちようひん)



①やちん



②しょくひ



④にちようひんひ



せいかつひ

【 】さんの生活費のイメージ

作業所に通所しており、1か月の工賃は（ ）円で、障害基礎年金1級（約84,000円）・2級（約68,000円）を受給している方の場合

しゅうにゆう

収入（ ）円

支払うお金 <small>（横浜市の事例）</small>	
①家賃（やちん）	25,000円
②食費（しょくひ）	25,000円
③水道光熱費（すいどうこうねつひ）	15,000円
④日用品費（にちようひんひ）	5,000円
ししゅつ 支出 <small>（支払うお金）</small>	70,000円

【 】さんが自由じゆうに使つかえるお金かねは？

しゅうにゆう

収入（ ）円 - **ししゅつ** 支出（70,000円） = （ ）円

(大きな一軒家を改築)

グループホームの例 (その1)



- 家賃 25,000円
- 食費 25,000円
- 水道光熱費 15,000円
- 日用品費 5,000円

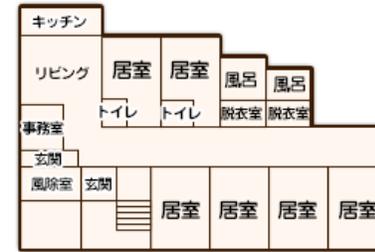
グループホーム

グループホームの例（その2）

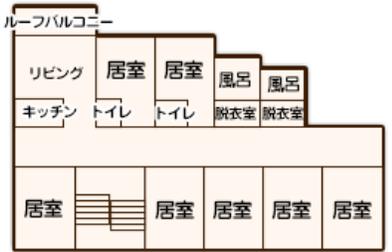


2F建て（1フロア6人ずつを改築）

F1 くじら雲



F2 ひこうき雲



- 家賃 23,000円～26,000円
- 食費 25,000円
- 水道光熱費 12,000円
- 日用品費 6,000円



@でっかいそら

グループホームの例（その3） 女性用



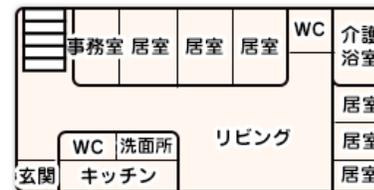
- 家賃 36,600円
- 食費 23,000円
- 水道光熱費 13,000円
- 日用品費 5,000円

グループホームの例（その4）

2F建て（1フロア6人ずつ）
（高齢・重度向け）



F1 かさ雲



F2 青空



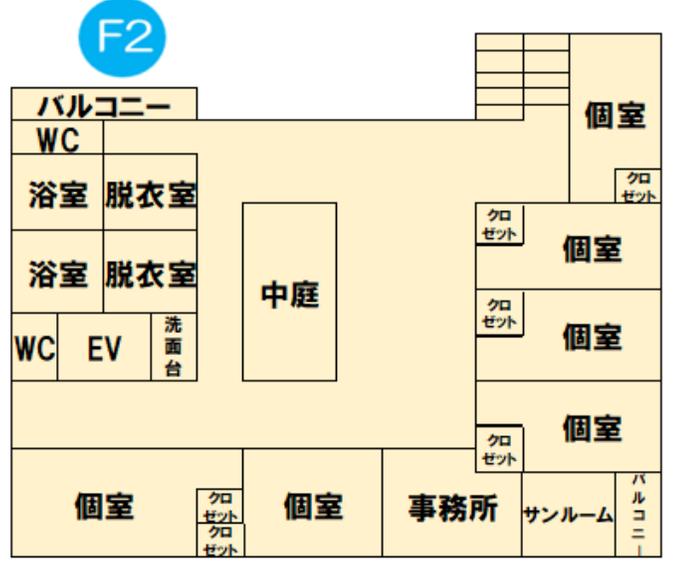
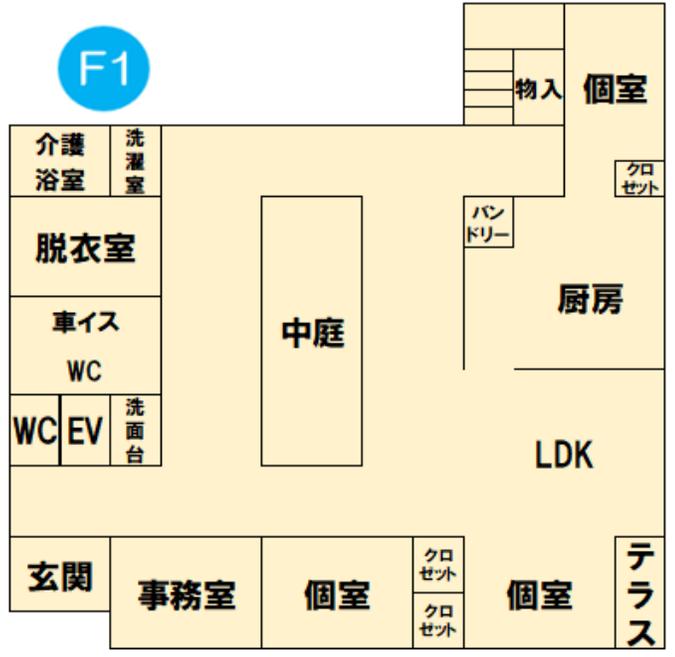
- 家賃 22,000円
- 食費 25,000円
- 水道光熱費 15,000円
- 日用品費 5,000円
- 50歳代後半の方から リフト付介護浴槽あり



グループホーム

重度対応型

- 家賃 40,000円
- 食費 23,000円
- 水道光熱費 12,000円
- 日用品費 5,000円



グループホームでの生活でよいと思うこと

- グループホームの仲間がいるのでさみしくない
- 困ったときに相談がしやすい
- 料理やそうじ、洗濯などをしてもらえる
- 具合が悪くなったときや病気になったときに助けてもらえる
- 地域の人と会ったり話したりしやすい
- 家族が安心する
- お金が少なくても生活ができる

「グループホームの運営及び支援内容等の実態把握のための調査」
厚労省（令和4年3月）より

グループホームでの生活でいやだと思ふこと

- 自分のペースで生活できない
- 自分のお金を自由に使えない
- 自分の生活がほかの人に知られてしまう
- 周りの人がうるさいときがある
- 一人で過ごせる時間がない
- 家族や友だちに自由に会えない
- 自由に外出ができない
- グループホームが不便な場所にある

しせつ (障害者支援施設)

しょくいん

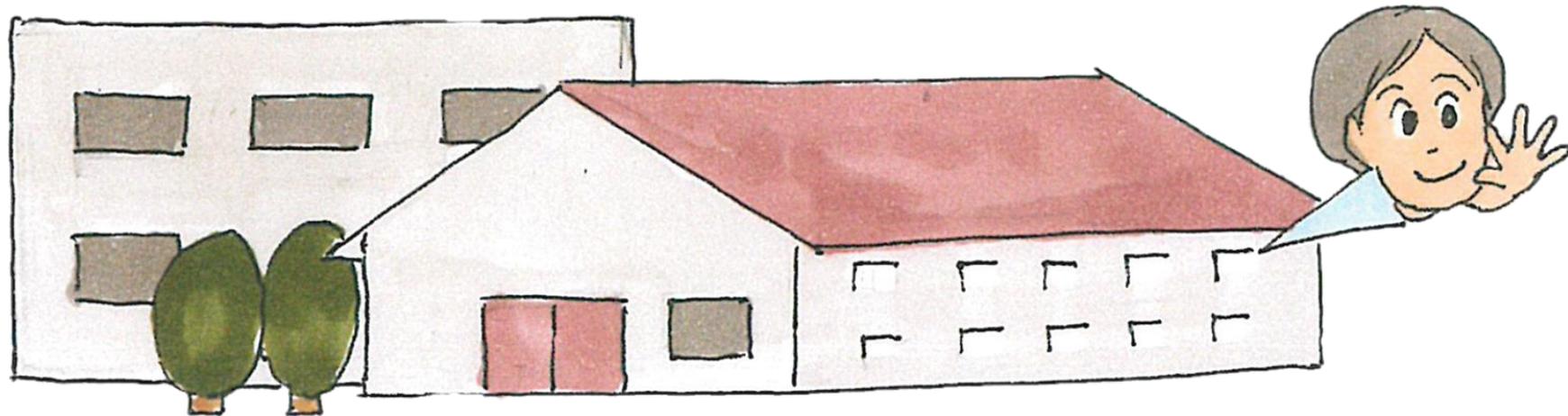
てつだ

せいかつ

職員さんにみのまわりのことを手伝ってもらいながら生活できます

さぎょうじょ かよ ひと

ここから作業所に通う人もいます



Bさんの生活

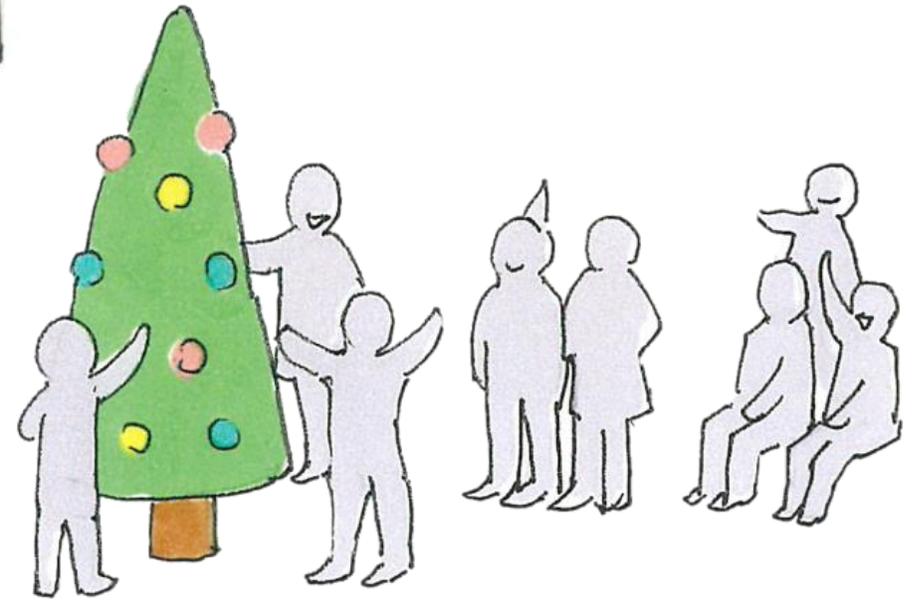
平日のスケジュール

時間	
7:00	おきる
7:30	あさごはん
10:00~12:00	おしごと（施設内外）
16:30ごろ	おしごとからかえる
17:00~	おふろ
18:00	よるごはん
19:00~	ねるしたく
21:00	ねる

土日のスケジュール

時間	
7:00	おきる
7:30	あさごはん
10:00~16:00	<ul style="list-style-type: none">・じゆうにすごす・ガイドヘルパーさんとおでかけ など
17:00~	おふろ
18:00	よるごはん
19:00~	ねるしたく
21:00	ねる

しせつでのくらし



せいかつひ

【 】さんの生活費のイメージ

作業所に通所しており、1か月の工賃は（ ）円で、障害基礎年金1級（約84,000円）・2級（約68,000円）を受給している方の場合

収入（ ）円

支払うお金（横浜市の事例）	
①家賃（やちん）	} 施設ごとに設定 所得により支払額が変わる (上限額54,000円)
②食費（しょくひ）	
③水道光熱費（すいどうこうねつひ）	
④日用品費（にちようひんひ）	約 5,000円
支出（ししゅつ）	
59,000円	

【 】さんが自由に使えるお金は？

収入（ ）円 - 支出（59,000円） = （ ）円

くらしのための福祉のサービス

生活していくためのサービス（介護給付）

居宅介護（ホームヘルプ）
重度訪問介護
行動援護
重度障害者等包括支援
短期入所（ショートステイ）
療養介護
生活介護
施設入所支援（施設入所）



【 】さん

自立した生活のためのサービス（訓練等給付）

自立訓練
就労移行支援
就労継続支援
就労定着支援
自立生活援助
共同生活援助（グループホーム）

健康を守るためのサービス（自立支援医療）

更生医療
育成医療
精神通院医療

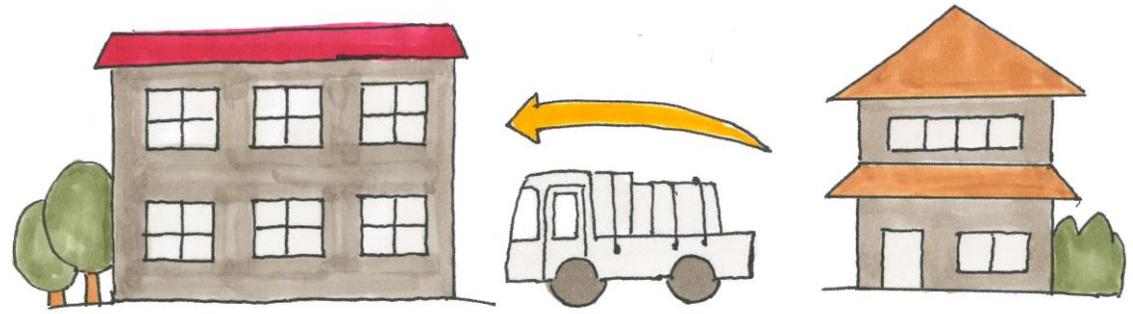
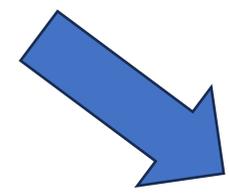
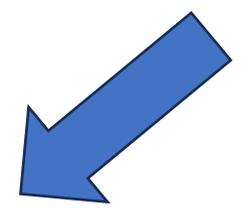
相談のためのサービス

地域相談支援給付
計画相談支援給付

てっだ
手伝ってもら
いながら

ひとりぐらし

どちらがいいですか？

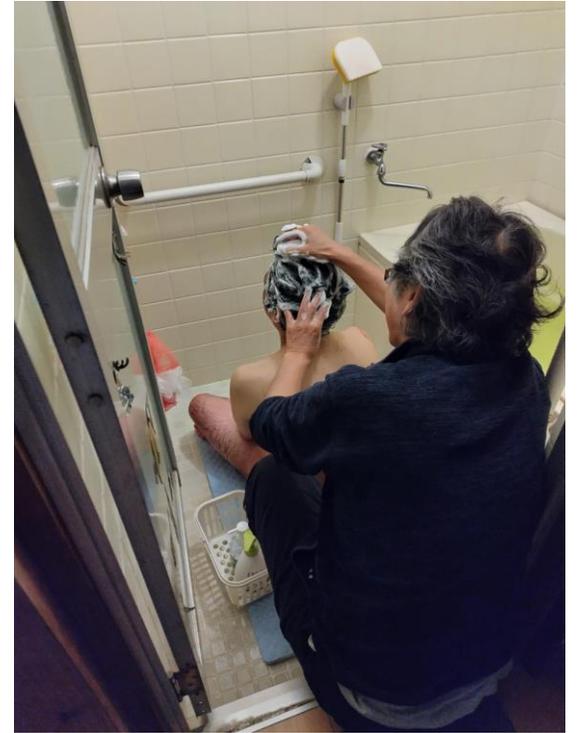


アパートやマンション

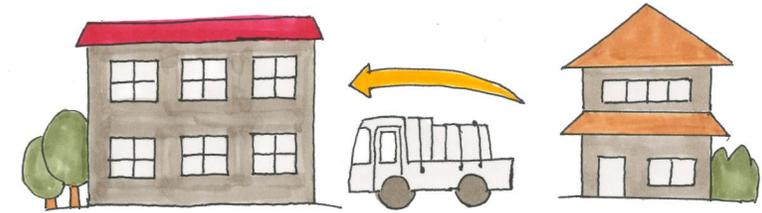
今すんでいる家（自宅）

てつだ
手伝ってもら
いながら

ひとりぐらし



ひとりぐらし ～0さんの場合～



精神障害 50代 男性 (精神障害手帳 1級) (障害者支援区分 3)

父母他界 兄弟なし

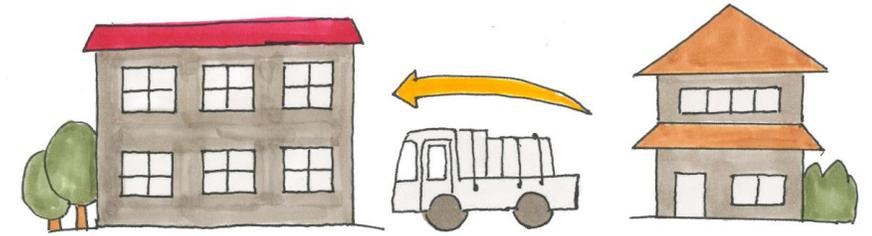
- 9:00 ヘルパーさんが家にくる、朝食の用意、部屋の掃除、洗濯をヘルパーさんがする
- 9:30 デイケアセンターに行く
- 12:00 デイケアセンターで昼食
- 14:00 デイケアセンターから帰宅
- 15:00 ヘルパーさんが家に来て夕食の買い出し
(週に2回宅配弁当)

かかわっている人 (関係機関)

- 計画相談 (精神障害者生活支援センター)
- 診療所 (精神科)
- 精神科デイケア
- ヘルパー事業所 (居宅介護)
- ソーシャルワーカー (市障害福祉課) (生活支援課)
- 訪問看護
- 宅食
- 成年後見人

生活費

収入	障害年金	生活保護	117,000
支出	家賃	生活保護	
	食費・日用品		80,000
	水道光熱費		5,000
	通信費		5,000



ひとりぐらし ～Kさんの場合～

知的障害 40代男性（愛の手帳A2級）（障害者支援区分5）

父母他界、姉遠方

8：00 朝食を自分で買う

8：30 通所（就労支援B型） 途中でお昼ご飯用のお弁当を買う（週2回）
ヘルパーさん利用なし、部屋の掃除、洗濯は自分でする

12：00 通所先で昼食（通所先の弁当は食べない）

16：00 通所先から帰宅
毎日買い物

かかわっている人（関係機関）

計画相談

通所施設 就労支援B型

居宅介護（解約）

ソーシャルワーカー（市障害福祉課）（生活支援課）

訪問看護（ほぼ入れず）

成年後見人

生活費

収入 障害年金・生活保護・工賃 77,000

支出 家賃 生活保護

食費・日用品 60,000

水道光熱費 8,000

通信費 5,000



ひとりぐらし ～Yさんの場合～

知的障害 40代男性（愛の手帳A1）（障害者支援区分5）
集団生活が難しく、自宅でひとりぐらしを選択
父他界、母（急逝）、兄（遠方）

8：15 ヘルパーさん起床介助、調理・食事介助、更衣介助、

9：15 送り出し（送迎バス迎え）作業所（生活介護事業所）

12：00 昼食

16：00 作業所から帰宅 ヘルパーさん迎え

ヘルパーさんが、買い物、調理・食事介助、入浴介助、就寝介助
（ヘルパーさん帰宅18：00）

かかわっている人（関係機関）

計画相談

ヘルパー事業所（居宅介護、身体介護、行動援助）

重度訪問介護事業所

ソーシャルワーカー（市障害福祉課）

成年後見人

生活費

収入 障害年金（1級）・給付金 87,300

支出 家賃 自宅

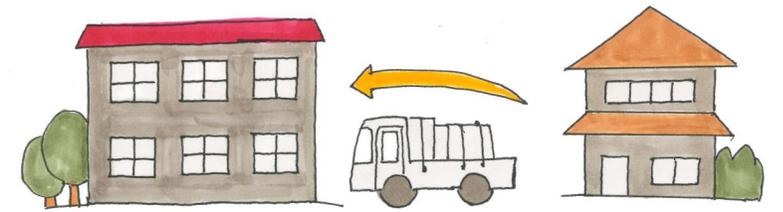
食費・日用品 60,000

水道光熱費 28,000

通信費 0

ひとりぐらし ～Mさんの場合～

精神障害 30代 男性 (精神障害手帳1級) (障害者支援区分2)
父母健在 兄弟あり



9:00 ひとりで通所 (就労支援B型)
12:00 通所施設で昼食
13:30 帰宅

夕食は自立生活アシスタントと相談。(自炊したりコンビニ等で買ったり)
洗濯は自分でしている

かかわっている人 (関係機関)
計画相談
自立生活アシスタント
ヘルパー事業所 (身体介護)
訪問看護 (服薬管理)
ソーシャルワーカー (市障害福祉課) (生活支援課)
通所施設 (就労支援B型)
成年後見人

生活費	
収入	障害年金(2級) ・ 工賃 ・ 生活保護
支出	家賃 生活保護
	食費・日用品 65,000
	水道光熱費 10,000
	通信費 17,000

くらしのための福祉のサービス

生活していくためのサービス (介護給付)

居宅介護 (ホームヘルプ)

重度訪問介護

行動援護

重度障害者等包括支援

短期入所 (ショートステイ)

療養介護

生活介護

施設入所支援



【 】さん

日常生活自立支援事業 (都道府県社協)

自立した生活のためのサービス (訓練等給付)

自立訓練

就労移行支援

就労継続支援

就労定着支援

自立生活援助 (ひとりぐらしをしたい人)

共同生活援助 (グループホーム)

健康を守るためのサービス (自立支援医療)

更生医療

育成医療

精神通院医療

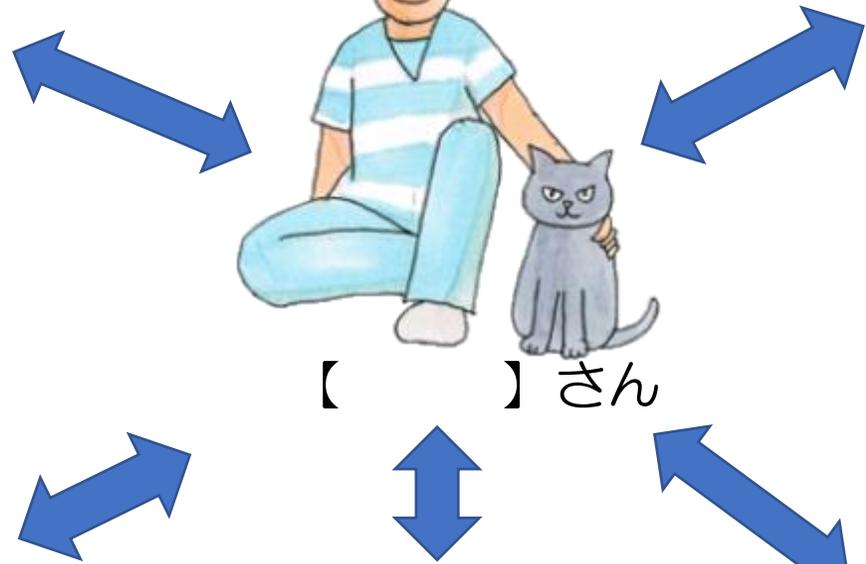
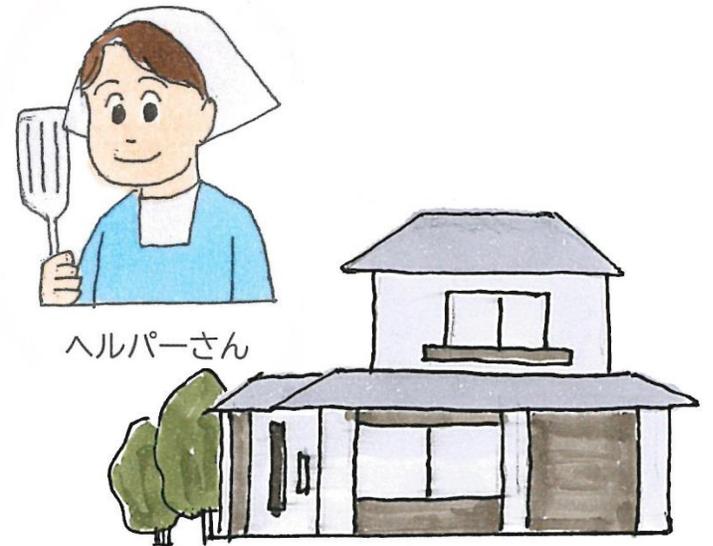
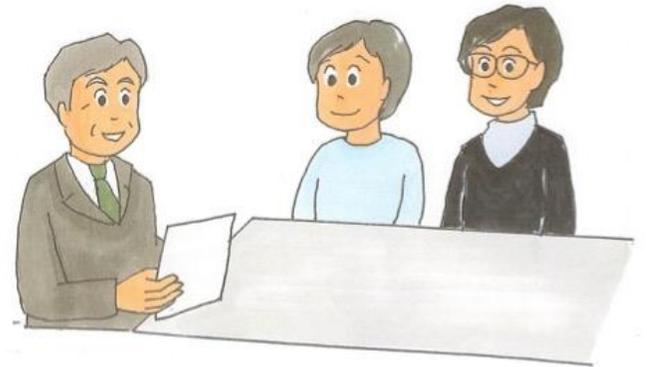
相談のためのサービス

地域相談支援給付

計画相談支援給付

おうえん

「あなたらしく」を応援しています！



ひとり暮らし

① くらすのは実家やアパート



② 食事は自分でつくったり買ってきたりします。
ヘルパーさんに手伝ってもらう
こともできます。



③ せんたくやそうじは自分でします。ヘルパーさんに
手伝ってもらうこともできます。



④ 外出は一人で行きます。
ガイドヘルパーにつきそってもらうこともできます。

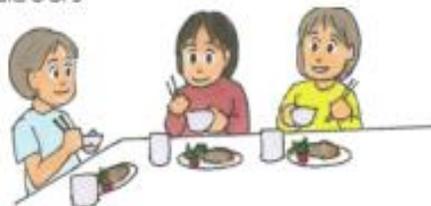


グループホーム

① くらすのはそれぞれ一人部屋



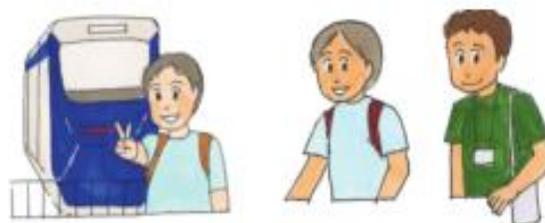
② 食事は一緒にします



③ 食事をつくったり、そうじやせんたくは職員がします。
自分ができることは自分でします



④ 外出は職員やガイドヘルパーさんと行きます



しせつ

① くらすのは大きな建物の一人部屋



② 食事はみんなで一緒に食べます



③ そうじやせんたくは職員がします



④ 外出はみんなで رفتりグループで
行きます



みんなでクリスマス会をしたり
施設の行事に参加します

