

## 地域移行支援（退院支援）

利用したい方は、まずは  
入院先の病院のスタッフなど  
に相談してください。

### 「地域移行支援」とは

精神科病院や障害者支援施設に入院・入所されている障害のある方に、住居の確保・障害福祉サービスの体験利用・体験宿泊のサポートなど、退院・退所した後に地域生活を行うための、準備や手続きのお手伝いをするサービスです。

利用料：無料

※ご本人の交通費、生活のために必要な備品の購入、引っ越し費用等は自己負担になります。

利用期間：6 か月（※延長が認められる場合があります）

※最初の顔合わせから退院まで、最長 6 か月間お手伝いします。退院後も福祉サービスの利用を希望される方は、他の福祉サービスへ切り替えることができます。

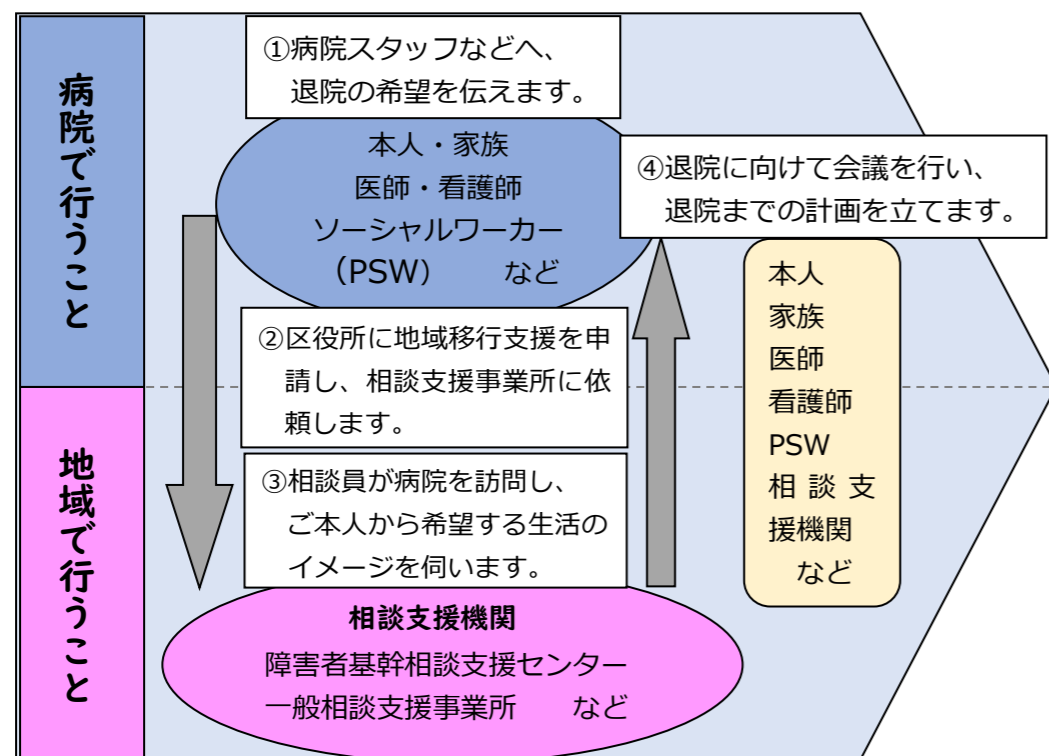
（詳しくは、p3「退院後の福祉サービス」をご覧ください。）

### 具体的にどんなことをしてくれるの？

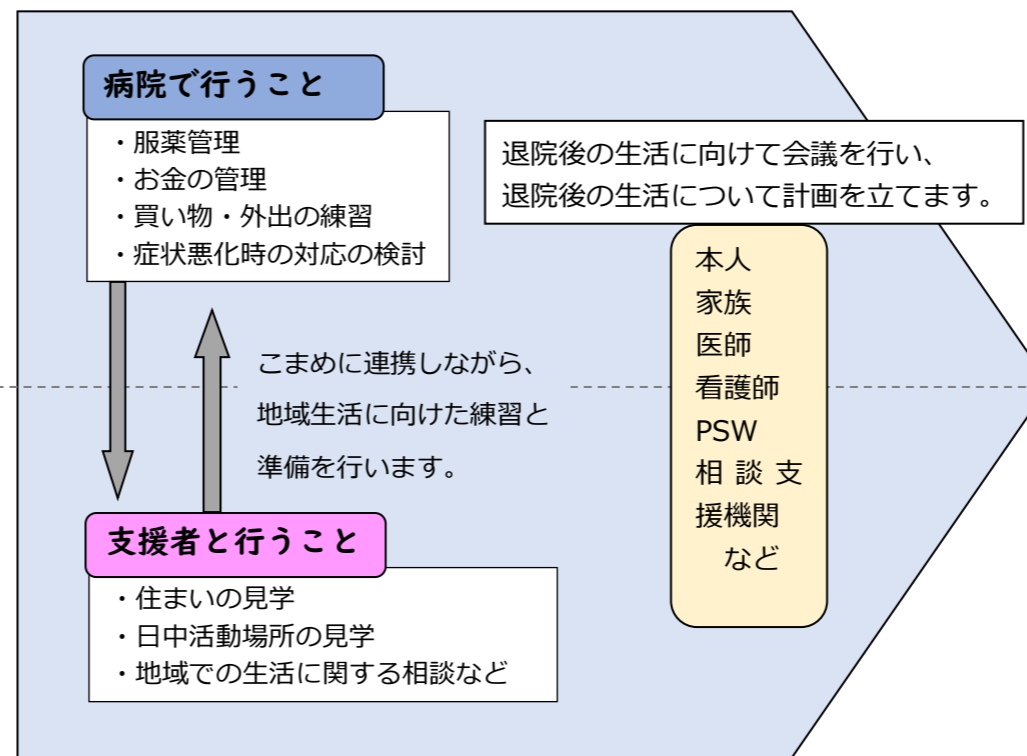
- ・ご本人から退院後の生活のイメージやご希望、不安などについて伺い、ご本人の希望に沿った生活を送るために、利用可能な福祉サービス・公的機関をご紹介します（ご提案）します。
- ・退院後の住居や日中活動などで福祉サービスを利用される場合は、見学に同行したり、体験宿泊・体験利用の調整をします。
- ・ご本人やご家族、医師や病院・福祉サービスのスタッフとの話し合いの場を設け、退院後再び体調を崩して入院することがないように、薬の管理方法や健康管理のために日々気を付けること、症状悪化のきっかけになりやすいことや、症状悪化時の対処方法などを共有します。
- ・お金の管理や買い物、外出などに不安がある方は、退院・退所前に練習します。

## 退院までの流れ

### 1. 相談スタート



### 2. 退院・地域生活に向けた準備



## 退院！

おめでとうございます！



### 退院後は...

退院後も、体調、家事、お仕事、お金のことなど、様々な心配や悩み事があると思います。

退院後の地域生活を支える福祉サービスについては、次ページ以降でご紹介します。

# 退院後の障害福祉サービス

退院後も、地域生活を支えるための様々なサービスがあります。このページでは、退院後に利用されることが多い障害福祉サービスをご紹介します。

※ご利用の際は、**事前**にお住まいの区役所への申請・認定調査が必要です。

## 1. 日中活動場所（通所施設）

### 生活介護

常に介護を必要とする人に日中、入浴、排せつ、食事の介護等を行うとともに、創作的活動または生産活動の機会を提供します(障害支援区分が一定以上である者)。

### 自立訓練

#### <機能訓練・生活訓練>

自立した日常生活又は社会生活ができるよう、一定期間、身体機能又は生活能力の向上のために必要な訓練を行います。

#### <宿泊型自立訓練>

居室その他の設備を利用し、家事等の日常生活能力を向上させるための支援、生活等に関する相談及び助言等を行います。

詳しくは、  
次のページで  
ご説明します。

### 就労移行支援

一般企業等への就労を希望する人に、一定期間、就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

### 就労継続支援

一般企業等での就労が困難な人に、働く場を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。

#### <A型（雇用型）>

通常の事業所に雇用されることが困難な人に対し、雇用契約に基づく就労機会の提供等を行います。

#### <B型（非雇用型）>

就労経験のある人等に対し、就労の機会や生産活動等の場の提供等を行います。

## 2. 住居・家事に関するサービス

### 共同生活援助（グループホーム）

主として、夜間や休日、共同生活を行う住居で、相談、入浴、排せつ、食事の介護、その他日常生活上の援助を行います。

手厚い支援が受けられるホームからほとんど一人暮らしと変わらないホームまで、様々なホームがあります。

### 居宅介護（ホームヘルプ）

居宅で、入浴、排せつ、食事の介護等を行います。

自立を目指して  
いっしょに頑張り  
ましょう！

## 障害福祉サービスの利用料

所得に応じて負担上限額が設定されます。

詳細については、お住まいの区役所の保健福祉課でご確認ください。

## 利用するにはどうすればいいの？

次のページで、利用までの流れについてご説明します。合わせて、障害福祉サービスを利用しながら生活されている方の、実際の生活の様子も載せていますので、参考にしてください。

# 障害福祉サービス利用の流れ

## 計画相談

障害のある方の自立した地域生活を支えるため、生活についての希望や困りごとや体調等を聞きとりながら、ご本人に合った障害福祉サービスを提案したり支援計画を作成したりします。

計画相談は、市の指定を受けた相談支援事業所の相談支援専門員に依頼します。

※障害福祉サービスの利用がすべて終了した場合、同時に利用終了となります。

利用料：無料

## ①利用手続き

- ①お住まいの区役所へ行き、障害福祉サービス利用の申請をします。
- ②認定調査を受けます。
- ③障害福祉サービス受給者証が届きます。

## ②計画相談を依頼

- ・相談支援事業所に「計画相談」を依頼します。
- ・相談支援事業所の「相談支援専門員」が、生活の様子や困り事、ご希望を聞き取り、ご本人に合う事業所をいっしょに考えます。

## ③事業所見学・体験

- ・利用を検討している事業所を見学（体験）し、自分に合っていそうか、続けられそうかを確認します。
- ・見学（体験）には適宜、相談支援専門員が同行します。



利用開始！

## 地域生活を送っている皆さん

グループホームを利用している まこりんさんの例(50代・女性・うつ病)

### 基本情報

高校卒業後、いろいろな仕事をしながら娘を育ててきました。娘の成人後、部屋の片付けやお金の管理が難しくなり、福祉の支援を受けることになりました。



### 現在の生活

現在、グループホーム・就労継続支援 B 型を利用しています。月 1 回精神科通院と週 1 回の訪問看護で、体調は安定しています。平日の日中は B 型で箱折やトマトの箱詰め作業をし、休日はグループホームでテレビを見るなどしてゆっくり過ごしています。

### 一日の流れ



### Q & A

- ・利用前と今とでグループホームのイメージは？  
→利用前：窮屈でおんぼろ？と心配  
利用後：キレイでとても感じが良い！
- ・どんな支援を受けている？  
→世話人さんに金銭管理を手伝ってもらっています。
- ・グループホームを利用してよかったことは？  
→色々な人と話したり買い物に行ったり楽しいです。



ヘルパーを利用している しげちゃんさんの例(50代・男性・統合失調症・発達障がい)

### 基本情報

小さい時から話好きで、周囲からは「落ち着きがない子」と言われていました。30代の頃、街中で家族と間違えて知らない人に声をかけることが度々あり、病院に相談したところ、統合失調症と言われました。

### 現在の生活

同居していた母の他界後、ヘルパーさんに家事を手伝ってもらいながら実家で一人暮らしをしています。平日は就労継続支援 A 型で働き、休日は友人と外出したり趣味のカラオケを楽しんだりしています。



### ヘルパー活動の流れ

- 16:30 活動開始（ヘルパーさんと一緒にします）
- ①自室の掃除 布団を上げ、掃除機をかける。
- ②水回りの掃除 トイレ・洗面所・風呂場を掃除。廊下のモップ掛け
- ③居間の片付け
- 17:20 活動内容の確認  
相談事がある時は相談。
- 17:30 活動終了

### Q & A

- ・どうしてヘルパーを利用しようと思った？  
→自立のために、「自分でやれることはやってみよう」と思って利用しました。
- ・どんな支援を受けている？  
→一緒に掃除をしてもらうほかに、整理整頓の仕方をアドバイスしてもらっています。
- ・ヘルパーを利用してよかったことは？  
→部屋がきれいになるとスッキリして気持ちがよく、次もがんばれそうな自信がわきます。

