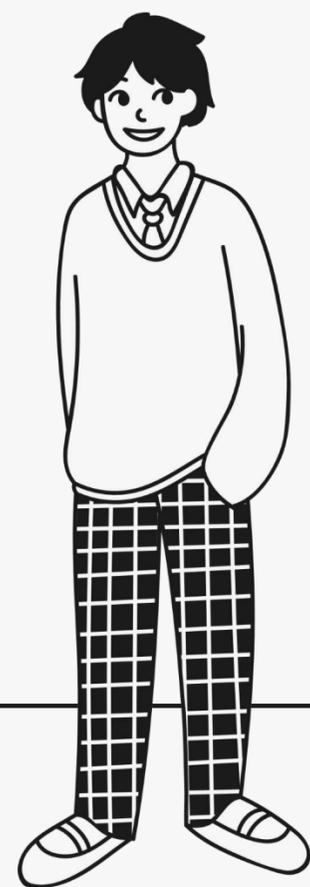


一人で生活でしてみたい





自宅から出て、 生活してみたい ですか？

自分の事は自分でやって、自由に生活してみたい！



やってみたい！

基本一人で生活したいけど、料理や洗濯、上手に出来るかわからないな。

→P4

一人ではちょっと

一人で暮らさなくても、支援員さんに聞いたり、手伝って貰いながら生活できる場所がありますよ！→P5

まだいいかな

急ぐことではありません！がお試して、こんな制度がありますよ！→P6



はい！と答えた方

一人暮らしをしながら使える制度

- ・ 居宅介護（家事援助）ヘルパーさんが家事の中で苦手や出来ないことをやってくれるよ。
- ・ その他にも、買い物と一緒に行ってもらったり（移動支援）
- ・ 夜間にケアが必要な方は（重度訪問介護）というものもあるね。

一人暮らしの練習できないかな・・・

- ・ サテライトという期間限定（6か月～3年）で、グループホームの人が援助して、一人暮らしの手助けしてくれる制度もあるよ。専用のサテライト型住居というものもあるよ。





一人ではちょっと・・・と答えた方 3種のグループホームのすすめ



お風呂やご飯の介助を、ヘルパーさん
にお願いしたいな・・・

外部サービス型グループホーム

・自分の為に、ヘルパーさんが家事や、排せつ、入浴の介助に入ってくれます。

ヘルパーさんを利用して生活している方が、殆どのグループホームです。

(注) 外部サービス型以外のグループホームでもヘルパーさんを利用して生活することは可能です！気になった場合は、事業所さんや相談支援専門員さんに確認してみてくださいね

ホームの職員さんに、手伝って貰いながら生活したいな・・・

包括型グループホーム

・グループホームの職員さんに、苦手なことを手伝ってもらったり、教えてもらって生活したいな。

・休日は、お気に入りのガイヘルさん（移動支援・行動援護）とお出かけする人が多いです。

仕事に行けなくなっちゃたら、お昼も色々ホームの職員さんに手伝って貰いたいな・・・

日中支援型グループホーム

・お仕事が続かなくて、仕事していない時は日中の時間もホームの職員さんに手伝ってほしいな。

・このグループホーム気になっているけど、体験して雰囲気とか知りたいな。
→（短期入所）が併設してあります。

まだいいかな・・・と答えた方

宿泊体験するとみえてくるもの・・・

短期入所（ショートステイのすすめ）

一泊から、お泊りを経験できる制度があるよ。

自宅からでて生活するってこういう事なんだと
知れる、いい機会になるかも。

お試しでグループホームで生活してみたい

・日中支援型のグループホームなら、併設されているショートステイ（短期入所）を使ったら良いけど、包括型や外部サービス利用型グループホームなら、体験入居がおすすめ！
体験入居で何泊か挑戦！大丈夫そうならそのまま入居も！？



住まい選びは出会い いとタイミング





常にアンテナを張って

合わなければ探し直す という選択肢も





**悩みなんて吹っ飛ばせ！
何かあったら相談してね**

ご清聴ありがとうございました



無料素材

Canvaデザインにある、無料でカラー付け可能なアイコンやイラストを使用してください。

