

こべつしえんけいかく
わたしの「個別支援計画」

こべつしえんかいぎ
「個別支援会議」

ちいき せいかつ
～ 地域で 生活するために ～



目次

はじめに _____ 2ページ

ちいきいこう
地域移行イメージ図 _____ 6ページ

1. 「個別支援計画」は、
あなたの希望をかなえるための計画です。
_____ 8ページ

2. 「個別支援計画」を作るときは・・・
_____ 10ページ

3. 「個別支援会議」は、
あなたの希望をかなえるための話し合いです。
_____ 12ページ

4. あなたの希望を「個別支援会議」で、話しましょう！
_____ 14ページ

5. さあ あなたの「個別支援計画」を作りましょう！ 16ページ

れんしゅう
練習シート _____ 15～22ページ

こべつしえんけいかくひょう
個別支援計画表 _____ 23ページ

な まえ
名 前

はじめに

いま、あなたは、入所施設にゅうしょしせつ せいかつで生活しています。

これから、あなたは、どこで、どのような生活せいかつを、したいですか？

あなたは、・・・

どこで、

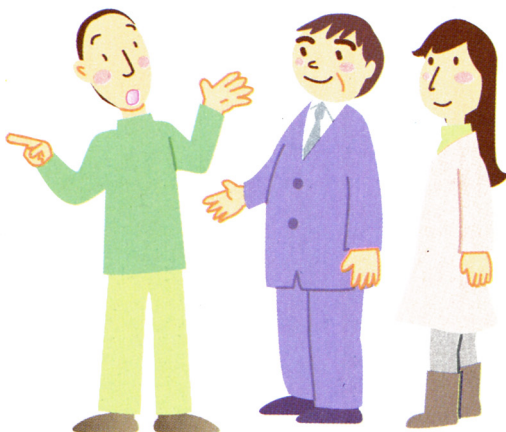
誰たれと、

何なにをして、

どのような生活せいかつを、するか、

どのような手伝てつだいが、必要ひつようか

すべて、自分じぶんで決きめることができます！

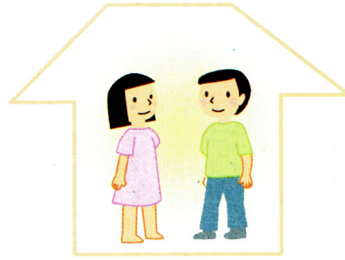


たとえば・・・

どこで ^す住むか・・・



^{だれ}誰と ^す住むか・・・



どこで ^{はたら}働くか・・・

(^{にっちゅう}日中 ^{なに}何をするか・・・)



^{なに}何をして ^{たの}楽しむか・・・



^{さき}ずっと先 ^{せいかつ}どんな生活をするか・・・



こべつしえんけいかく
「個別支援計画」は、

あなたの 希望を かなえるための 計画です。

こべつしえんかいぎ
「個別支援会議」は、

あなたの 希望を かなえるための 話し合いです。

こべつしえんけいかく
「個別支援計画」は、

あなたの、希望をかなえるために、

*どのような 方法で進めていくか、

*どのような サービスを利用するか

についての 計画です。



こべつしえんかいぎ
「個別支援会議」は、

「個別支援計画」を、進めるために、

あなたと、

あなたの支援(手伝い)をする人たちとで、

話し合う会議です。

こべつしえんけいかく
「個別支援計画」を作るときも、
こべつしえんかいぎ
「個別支援会議」に参加するときも、



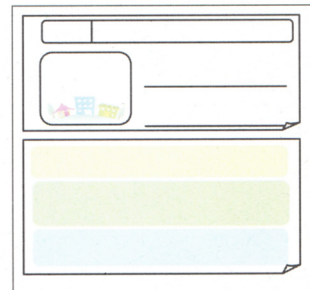
あなたは、

じぶん
自分のしたいこと、知りたいこと、
こま
困っていること、てつだ
手伝ってほしいことなどを、
じぶん
自分で言うことが、とてもたいせつ
大切です。

この本は、

こべつしえんけいかく
「個別支援計画」と、こべつしえんかいぎ
「個別支援会議」を、し
知ってもらうためにつくりました。

あなたのこべつしえんけいかく
「個別支援計画」をつくるために、
あなたが、じぶん
自分で決めるのをれんしゅう
練習する
れんしゅう
「練習シート」もついています。



れんしゅう
「練習シート」



この本を使って、あなたのこべつしえんけいかく
「個別支援計画」を作り、
こべつしえんかいぎ
「個別支援会議」で、あなたのきぼう
希望を伝え、
あなたのきぼう
希望を、かなえてください。

ちいきいこう ず 地域移行イメージ図

ち いき せい かつ し 地域生活を知る

ち いき せい かつ し
地域生活を知る

そう だん
相談する

ち いき せい かつ たい けん
地域生活を体験する

そう だん
相談でき

ち いき い こう し えん
地域移行支援

そう だん し えん じ
相談支援事

しょう が い し や し ゅ う ぎ ゃう せい かつ
障害者就業・生活

し ち ょ う そ
市町村

ち いき せい かつ じ ゅ ん び 地域生活を準備する

す
住むところ

に っ ち ゅ う かつ じ ゅ う
日中活動するところ

は たら
働くところ

せい かつ ひ つ ゃ う
生活に必要なサービス

よ か かつ じ ゅ う
余暇活動

せい かつ ひ
生活費

い り ゃ う けん こ う か ん り
医療（健康管理）

しょう が い し ゃ じ り つ そう だん し えん
障がい者自立相談支援センター

こう せい そう だん し ゃ
(更生相談所)

に ゅ う し ゃ し
入所施

個別支援計画

こ べ つ し えん け い かく

し せ つ で く
施設を出て暮らすの
たの
は 楽しそうだけど、
わたしにもできるか
なあ？
どうすればできるの
だろう・・・



わたらしい暮らし

～いきいき生活する～

ころ

ー

ンター

快 適 な 住 ま い

はたら 働 いているところ

(グループホーム、ケアホームなど)

サービス事業所

相談支援専門員

いろいろなサービスを利用しながら、
たくさんの人々の支援やサービスをつか
使って地域で生活しています。

ピアカウンセラー

日 中 活 動

友 だ ち

医 療 機 関

世話人・支援員

金 銭 管 理

家 族

余暇活動・サークル

近 所 の ひ と

地域の自治会

ボランティア

地域の相談員

地域のネットワークを作る

ひとり)としてくらせる自立支援社会

～第3次大阪府障がい者計画

1. 「個別支援計画」は

あなたの希望をかなえるための計画です。

「個別支援計画」は、

あなたの希望を、かなえるための計画です。

地域で生活したいという希望を、

どのようにして進めていくのか、

地域で生活するのに

どのようなサービスが必要かについて、

書いてあります。



あなたの「個別支援計画」には、

あなたの希望をかなえるために、

入所施設や 相談支援事業者、市町村などが、

どのような支援（手伝い）をするかについて、

書いてあるので、とても重要です。

施設には、サービス管理責任者という人がいます。

施設では、「個別支援計画」は、サービス管理責任者などが、

あなたと話し合っています。

あなたの住みたい地域が決まったら、

地域の相談支援事業者などの相談支援員も、

「個別支援計画」を作るのを、手伝ってくれます。

「個別支援計画」は、

あなたと、

施設や、

あなたが住みたいと思う地域の相談支援事業者、

市町村、

サービス事業所などとの、

「約束」です。



あなたが、
「個別支援計画」を、変えたいと思うときは、

あなたと、

一緒に計画を作った人たちと話し合っ、

変えることができます。

「個別支援計画」は、

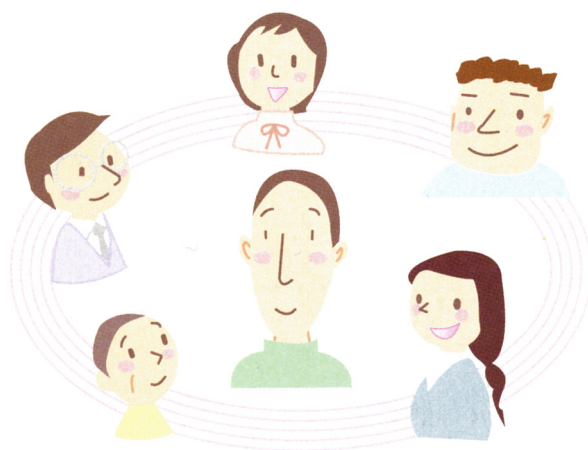
あなたが、変えたいと思わなければ、あなた以外の方が、勝手に変えることはできません。

2. 「個別支援計画」を作るときは・・・

「個別支援計画」を作るときは、
自分の生活を決めるのに役に立つ情報を、
あなたの支援（手伝い）をする人に、
あなたがわかる方法で、
わかりやすく、説明してもらいましょう。



今 あなたが生活している施設の職員や、
あなたが住みたいと思う地域の相談支援員は、
あなたが自分で決めるのを、手伝ってくれます。



説明を聞くだけでは、わからなければ、
実際に体験してみると、よくわかります。

たくさんの情報を知れば知るほど、
今よりもっと、
自分のしたいこと、知りたいこと、
困っていること、手伝ってほしいことなどを、
自分で言うことが、できるようになります。



あなたは、
得意なことはたくさんあるし、
自分の生活について、
たくさんの思いを持っているでしょう。

自信を持って、
自分のしたいこと、知りたいこと
困っていること、手伝ってほしいことなどを、
自分で言いましょう！

3. 「個別支援会議」は・・・

「個別支援会議」は、

「個別支援計画」を、

進めていくために、

あなたと、支援（手伝い）をする人たちが、

一緒に話し合う会議です。



できあがった「個別支援計画」を、進めていくために、

あなたと、

施設の職員や、

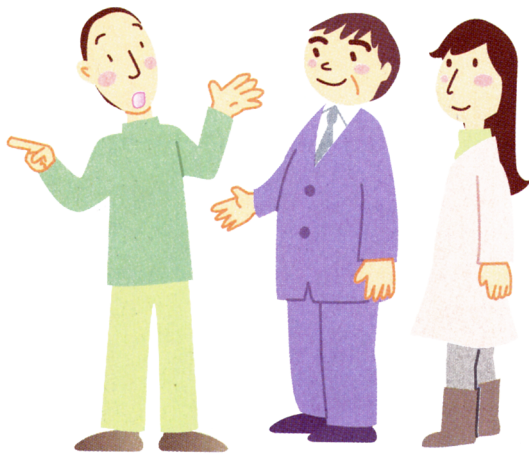
地域の相談支援事業者などの相談支援員、

市町村の担当者などが、

あなたの意見を聞きながら、

計画を進めていく方法話し合います。

その話し合いが、「個別支援会議」です。



しせつ そうだんしえん じぎょうしゃ
施設や相談支援事業者は、
あなたが集まってほしいと
おもひと
思う人たちに、
はな あ こべつしえんかいぎ
話し合い（「個別支援会議」）に、
しゅっせき れんらく
出席するよう連絡してくれます。

こべつしえんかいぎ はな あ
「個別支援会議」で話し合い、
あなたのこべつしえんけいかく ないよう
あなたの「個別支援計画」の内容が
あなたのきぼう
あなたの希望にあっていれば、
あなたは、こべつしえんけいかく
あなたは、「個別支援計画」に、
しよめい
署名します。



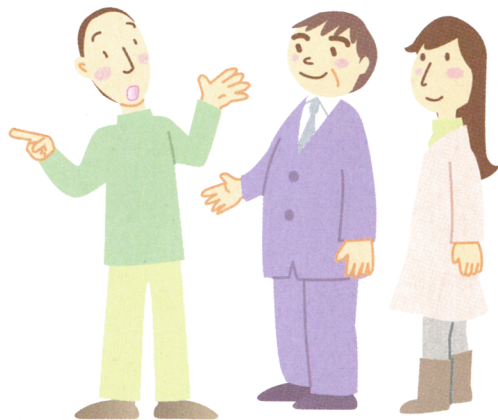
しよめい しよるい か ないよう みと
署名＝書類に書かれた内容を認めますというしるしに、
しよるい なまえ か
書類にあなたの名前を書くこと

4. あなたの希望を「個別支援会議」で、話しましょう！

「個別支援会議」に出席する前に、
もう一度、
あなたの希望や、夢について、
そして、
希望や夢をかなえるために必要な支援（手伝い）、
について、考えてみましょう。



- 「個別支援会議」に出席する前に、
- * あなたの「個別支援計画」に書いてある内容を、確認しましょう。
 - * よくわからないことがあれば、
「個別支援計画」を一緒に作った人や、
あなたが一番話しやすい人に、
説明してもらいましょう。



「個別支援会議」で大切なのは、あなたがしたいことを、
自分で言うことです。



「個別支援会議」で、発言するために、

- * 話す練習をしましょう。
- * 緊張して話せなかったり、忘れてしまったりするようなら、あなたの希望や、してほしいことを、録音していくこともできます。

話すことが苦手な人は、

「個別支援会議」で、

あなたの希望や、

してほしいことを書いたリストを渡したり、

録音を聞いてもらったりしましょう。

「個別支援会議」で、わからないことは、

質問しましょう。

あなたの信頼できる人に横にすわってもらい、

会議の内容を、

わかりやすく説明してもらいましょう。



「個別支援会議」に出席しているほかの人の意見を、

しっかり聞くことも大切です。

5. さあ あなたの「個別支援計画」を作りましょう！

あなたの「個別支援計画」をつくるために、

「練習シート」を使って

あなたが、

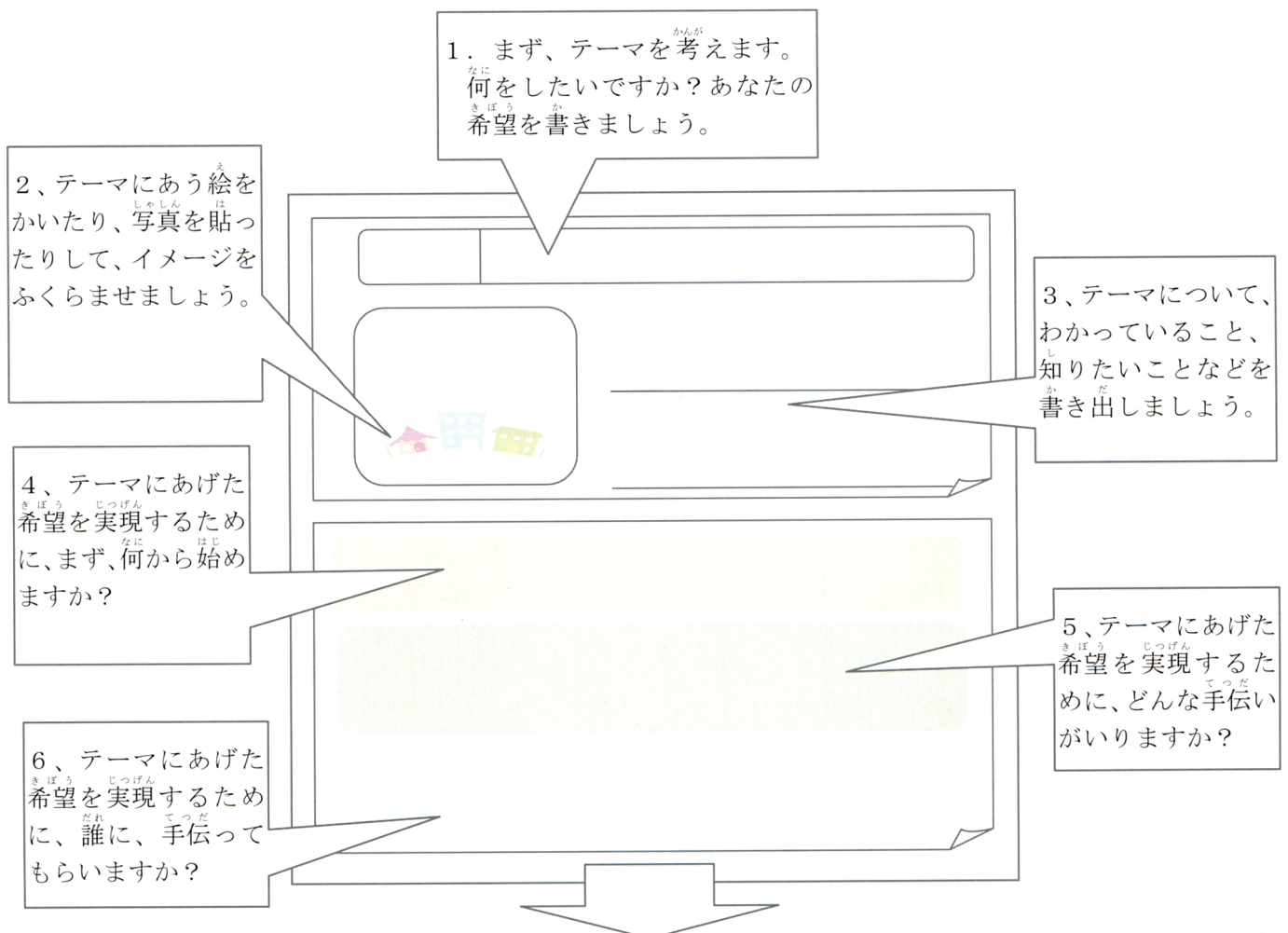
したいこと、知りたいこと、

困っていること、手伝ってほしいこと などを書いてみましょう！

わからないことは

あなたが 信頼する人に説明してもらい 手伝ってもらいましょう！

練習シートの使い方



「個別支援計画表」に書き写しましょう！

れんしゅう
「練習シート」 1

どこに
す
住むか

あなたの希望

あなたの希望は？
え しゃしん
絵や写真を
は
ここに貼りましょう！



わかっていること、知っていること

わからないこと、知りたいこと

① まず、何からはじめますか？

② 何を、手伝ってほしいですか？

③ 誰に、手伝ってほしいですか？

れんしゅう
「練習シート」2

どこで
はたら
働くか

あなたの希望

あなたの希望は？
え しゃしん
絵や写真を
ここに貼りましょう！



わかっていること、知っていること

わからないこと、知りたいこと

① まず、何からはじめますか？

② 何を、手伝ってほしいですか？

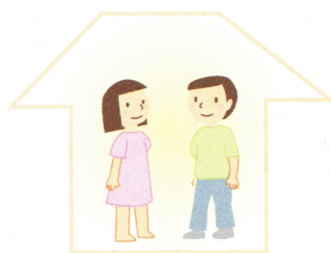
③ 誰に、手伝ってほしいですか？

れんしゅう
「練習シート」 3

だれ す
誰と住むか

あなたの希望

あなたの希望は？
え しゃしん
絵や写真を
は
ここに貼みましょう！



わかっていること、知っていること

わからないこと、知りたいこと

① まず、何からはじめますか？

② 何を、手伝ってほしいですか？

③ 誰に、手伝ってほしいですか？

れんしゅう
「練習シート」 4

なに
何をして
たの
楽しむか

あなたの^{きぼう}希望

あなたの^{きぼう}希望は？
え ^{しやしん} 絵や写真を
は
ここに貼りましょう！



わかっていること、^し知っていること

わからないこと、^し知りたいこと

① まず、^{なに}何かからはじめますか？

② ^{なに}何を、^{てつだ}手伝ってほしいですか？

③ ^{たれ}誰に、^{てつだ}手伝ってほしいですか？

れんしゅう
「練習シート」5

ずっと先、
どんな
生活をするか

あなたの希望

あなたの希望は？
え しゃしん
絵や写真を
ここに貼りましょう！



わかっていること、知っていること

わからないこと、知りたいこと

① まず、何からはじめますか？

② 何を、手伝ってほしいですか？

③ 誰に、手伝ってほしいですか？

れんしゅう
「練習シート」6 ～あなたのテーマをかんがえましょう

	あなたの ^{きぼう} 希望
--	------------------------

あなたの^{きぼう}希望は？
え ^え ^{しゃしん} 絵や写真を
ここに^は貼りましょう！

わかっていること、知っていること

わからないこと、知りたいこと

① まず、^{なに}何からはじめますか？

② ^{なに}何を、^{てつだ}手伝ってほしいですか？

③ ^{たれ}誰に、^{てつだ}手伝ってほしいですか？

こ べ つ し え ん け い か く ひ よ う

個別支援計画表

～練習シートで考えたことを、個別支援計画表に書いてみましょう！～

きぼう せいかつ

1. あなたの希望する生活

じつげん

2. いつまでに、実現するか

いますぐ ちょっと先 (さき げつご カ月後ぐらい) ずっと先 (さき ねんご 年後ぐらい)

ぐたいてき ないよう

3. 具体的な内容

① してみたいこと 困っていること 知りたいこと	② てっだ 手伝って ほしいこと	③ だれ てっだ 誰に手伝って もらうか	④ サービス内容や、 かいすう 回数など	⑤ じゆんばん 順番

この計画を作った日 平成 ねん 年 がつ 月 にち 日

この計画を作った人 あなたの なまえ 名前 てっだ ひと なまえ 手伝った人の 名前

～支援者の方へ～

- ・本冊子の「練習シート」、「個別支援計画表」は、次のよう使います。
- ・まず、「練習シート」1～6を使って、テーマごとに入所者の希望を聞いてください。
イメージを膨らませるために、わかりやすい資料を用意するようにしてください。
- ・「練習シート」1～5は、すべて聴き取る必要はありません。一人ひとりの希望に応じ、関心のあるテーマから始めてください。1～5以外のテーマがあれば、それも聞いてください。
- ・「練習シート」ができれば、
 - 1、それぞれのシートの内容を「個別支援計画表」へ、①②③の項目別に転記します。
 - 2、④については、本人の希望に応じた具体的なサービス内容をさがし、伝えるのは支援者の役割です。本人にしていねいに説明し、使えるサービスを具体的に示してください。
 - 3、⑤何から始めるか（順番）は、「個別支援会議」で本人と関係者とで話し合っ決めていきます。
- ・ここで、改めて足りない項目があったら、再度本人に確認し点検してください。
- ・最後に、本人に完成した表を説明し、確認します。
- ・完成した「個別支援計画表」は、本人を中心に「個別支援会議」で話し合ってください。
- ・関係者を入れての「個別支援会議」を、いきなり開催するのは難しいかもしれません。しかし、まずは、施設内の本人に関わるスタッフが集まるなど本人を中心にした会議を開催し、地域の関係者も含めた「個別支援会議」に進めていってほしいものです。
- ・だれしも、夢や希望、やってみたいことはあるものです。本人は、これまでの経験から夢や希望をあきらめたり、言えなくなっているかもしれません。
- ・初めはなかなかうまくいかないかも知れませんが、ていねいに本人の思いを引き出してください。
- ・うまくいかないときは、ピアカウンセラーに協力してもらうのも、一つの方法です。
- ・きっと、思った以上に、本人の思いに新たな発見があることでしょう。
- ・最後に・・・、「個別支援計画表」に書かれた夢や希望が一步一步実現し、本人の地域移行の過程を見守ることが、支援者にとっても夢の実現になっていくにちがいありません。

おおさかふちいきいこうすいしんしんさくていけんとういんかい
大阪府地域移行推進指針策定検討委員会

ちいまいこう りようしゃさきょうぶかい
「地域移行 利用者作業部会」

さきょうぶかいいんしめい 作業部会員氏名		
さきょうぶかいいん 作業部会員	おのぐち 小野口	ようこ 洋子
	くきの 草野	こうじ 孝司
	なかやま 中山	ちあき 千秋
	はしもと 橋本	ちえこ 千恵子
オブザーバー	なかた 中多	ゆりこ 百合子
	のむら 野村	のぶひさ 信久

イラスト たけい ようこ
武井 陽子



おおさかふちいきいこうすいしんしんさくていけんとういいんかい ちいきいこう りようしゃさぎょうぶかい
大阪府地域移行推進指針策定検討委員会「地域移行 利用者作業部会」

平成 20 年 3 月 発行

事務局 大阪府障がい者自立相談支援センター 地域支援課

〒558-0001 大阪市住吉区大領 3 丁目 2-36 障がい者医療・リハビリテーションセンター内

TEL 06-6692-5261 FAX 06-6692-3981