



Q1. グループホームとはどんなところですか？

【関連質問】

- ・ 今住んでいる家をバリアフリーにしたいのですが、何か補助はありますか？



グループホームの生活を紹介します。

- ☆ 大府市役所 高齢障がい支援課に相談 ⇒ P23 相談窓口③

グループホームは、世話人やボランティアに手伝ってもらいながら
4人から20人ぐらいの人がいっしょに生活するところです。次のペー
ジにグループホームで生活している事例を載せています。



住宅改修に対する補助制度があります。



- ☆ 大府市役所 高齢障がい支援課に相談 ⇒ P23 相談窓口③

家をバリアフリーに改造する場合の補助制度があります。

- 詳しくは用語集へ・・・ P25 「住宅改修助成事業」



ワンポイントメモ

家事などを手伝ってほしい場合は3ページを参考にしてください。

◆◆◆ グループホームでの生活 ◆◆◆

僕は、養護学校を卒業して会社に就職しました。就職後、いろいろなことがあって、仕事を辞めたり、引越しもして、結局、今住んでいるグループホームに落ち着きました。グループホームでの生活は10年になります。

グループホームには、現在4人の仲間が住んでいます。休日はみんなで食事をしますが、普段は一緒にいる時間が少ないです。

僕は作業所で仕事の練習をしていて、他の人は別の仕事をしているからです。



グループホームの暮らしは、世話人とコーディネーターさんが支えてくれています。世話人は、毎日、朝と晩のごはんを作ってくれます。本当はずっといてほしいけど、世話人は夕方帰っていきます。毎月の予定も、世話人と一緒に考えます。コーディネーターさんは、他の施設の職員さんと僕のことで毎月話し合いをします。病院へも一緒に行ってもらっています。休日は移動支援を利用して、ヘルパーさんと一緒に映画を見たりお祭りに行って楽しんでいます。

(Aさん・20代男性)





Q2. 今まで食事や掃除を行っていた母が病気になったので日常生活のことを手伝ってほしいのですが、どこへ頼んだらいいですか？



ヘルパーの派遣について相談してみましょう。

☆ **障がい者相談支援センターに相談** ⇒ P23 **相談窓口①**

まずはどんなことで困っているのか相談してみましょう。ヘルパーの

利用の仕方、契約の仕方について教えてください。



ワンポイントメモ

ヘルパーは、決められたスケジュールにしたがって毎日忙しく仕事をしています。利用するには予約が必要ですので、早めに相談するとよいでしょう。

また、障がい福祉の制度以外にも、困ったときに手伝ってくれる業者などがあります。掃除や家の修理、草刈り、害虫駆除などを、自分で頼んで利用している方もいます。



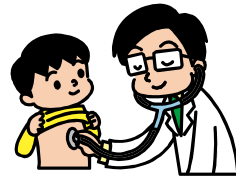
Q3. けんこう はたら き いつまでも健康で働くためには何に気をつけたらいいでしょうか？

【かんれんしつもん 関連質問】

- びょういん い 病院に行きたいのですが、ばしょ 場所がわかりません。



けんこうしんだん う 健康診断を受けましょう。



☆ しょくば そうだん 職場で相談

しょくば おこな 職場で行われる健康診断は必ず受けるようにしましょう。

☆ びょういん ほけん そうだん 病院や保健センターで相談 ⇒ P23 そうだんまどぐち 相談窓口⑥

しょくば おこな 職場で行っていない場合は、ほけん 保健センターや病院などで健康診断を受ける方法もあります。ほけん 保健センターまたは近所の病院などに相談してみましょう。



びょういん 病院までヘルパーが一緒に行ってくれます。

☆ おおふしやくしょ こうれいしょう しえんか そうだん 大府市役所 高齢障がい支援課に相談 ⇒ P23 そうだんまどぐち 相談窓口③

びょういん 病院までヘルパーが一緒に行ってくれる通院等介助という制度があります。

●詳しくは用語集へ・・・ P25 「通院等介助」



ワンポイントメモ

しょう 障がいや精神疾患をお持ちの方は医療費負担が減る場合があります。

こうれいしょう しえんか かくにん 高齢障がい支援課で確認しましょう。



**Q4. 休日きゅうじつに買い物かや映画ものなどえいがに行きたいいのです
が1人ひとりで外出がいしゅつすることができませんなに。何か
いい方法ほうほうはありませんか？**

【関連質問】

- ・ 仕事しごとが終わったお後あとや休日きゅうじつをどのように過すごしていいかわかりません。



外出がいしゅつに同行どうこうしてくれる制度せいどがあります。

☆ 大府市役所おおふしやくしょ 高齢障がい支援課こうれいしょう しえんか しょうだんに相談 ⇒ P23 相談窓口そうだんまどぐち③

1人ひとりで出かけることが心配しんぱいな方は、ヘルパーが同行どうこうしてくれる移動いどう支援しえんという制度せいどがあります。安心あんしんなうえに、ヘルパーと一緒にいっしょなので話はなしをしながら楽たのしく出かけることができます。

- 詳しくは用語集ようごしゅうへ・・・ P25 「移動支援いどうしえん」



ワンポイントメモ

仕事しごとが終わったお後あとや休日きゅうじつの過すごし方は人かたそれぞれひとです。次の日つぎの
仕事しごとに備えて体からだを休める人ひともいますし、趣味しゅみなどをする人ひともいます。
買い物かをしたり、音楽おんがくを聴いたり、趣味しゅみなどのサークルさんかに参加ひとする人
もいます。地域活動支援センターちいきかつどうしえんおおふなど、誰もだれが利用できる施設りよう しせつ
もあります。

- 詳しくは用語集ようごしゅうへ・・・ P26 「地域活動支援センターおおふ」



Q5. 働いていても障害年金や福祉手当はもらえますか？

【関連質問】

- 将来、本人の収入だけでやっていけるか心配です。



働いていても障害年金をもらうことができます。

- ★ 大府市役所 保険医療課に相談 ⇒ P23 相談窓口④

障害の程度や所得によりますが、国民年金に加入している障害者で、一定条件を満たしていれば障害年金をもらうことができます。

- ★ 半田年金事務所に相談 ⇒ P23 相談窓口⑦

厚生年金に加入していたときに障害者になった人は障害厚生年金をもらえることがあります。

- 詳しくは用語集へ・・・ P26「障害年金」



福祉手当や扶養共済制度があります。

- ★ 大府市役所 高齢障害支援課に相談 ⇒ P23 相談窓口③

一定条件を満たしている方は福祉手当をもらうこともできます。また、将来に備えて、「心身障害者扶養共済」に加入することができます。

- 詳しくは用語集へ・・・ P27「福祉手当」

P28「心身障害者扶養共済制度」



ひとり かね かんり Q6. 1人ではお金の管理ができません。

【関連質問】

- ・ いろいろな手紙や通知が届くのですが、内容が分かりません。
- ・ だまされて高額な商品を買ってしまいました。どうしたらいいでしょうか？



2つの制度を利用することができます。

- ☆ ① 日常生活自立支援事業 ⇒ 障がい者相談支援センターへ相談
⇒ P23 相談窓口①
- ☆ ② 成年後見制度 ⇒ 知多地域成年後見センターへ相談
⇒ P23 相談窓口⑨

この2つの制度は公的な制度です。①では預貯金の出し入れや福祉サービスの利用手続きなどを本人の代わりに行ってくれます。②は財産管理や施設入所などの契約手続き、遺産分割などの法律行為まで本人の代わりに行う制度です。

- 詳しくは用語集へ・・・ P28 「日常生活自立支援事業」
P28 「成年後見制度」



高額な商品を買ってしまった場合は…

- ☆ 大府市消費生活センターへ相談 ⇒ P24 相談窓口⑬

自分は買いたくなかったのに高額な商品を買ってしまった場合は、

すぐに相談しましょう！！



ワンポイントメモ

セールスが来ても、買いたくないときは「いりません」と断りましょう。



Q7. 災害に備えて何かできることはありますか？

【関連質問】

- 自宅や会社近くの避難場所はどこで調べられますか？



家族と災害時の避難場所と連絡方法を決めましょう。

- ① 災害時の避難場所を確認しましょう。

災害が起きたときは、どこに避難するか家族で決めておきましょう。

- ② 家族との連絡方法を確認しておきましょう。

災害時には電話やメールが使えなくなることがあります。あらかじめ、家族の間で災害時の連絡手段や集合場所を決めておきましょう。

NTTの災害用伝言ダイヤル「171」や、携帯電話会社の災害用伝言板サービスも利用できます。

避難場所



防災訓練に参加しましょう。

- ☆ 大府市役所 危機管理課へ確認 ⇒ P23 相談窓口⑤

地域で行われる防災訓練に参加しましょう。また、大府市が作成した「防災マップ」や「徒歩帰宅支援マップ」を見て災害時の避難ルートを確認しましょう。



ワンポイントメモ

災害はいつ起こるか分からないため、家族が近くにいない場合には、周りの方の助けが必要になります。自分でうまく話せない方は、氏名や住所、緊急時の連絡先を書いた非常用カード（P11）を携帯しておき、それを見せて助けを求めるとよいでしょう。



Q8. 通勤途中に交通事故にあったときはどうしたらいいでしょうか？



1人で対応できない場合は、助けを呼びましょう

① けがの確認

大きなケガをして動けない場合は、119番通報して救急車を呼ぶか、近くにいる方に呼んでもらいましょう。

② 安全の確保

近くの安全な場所へ移動しましょう。



③ 家族や会社、警察へ連絡

まず、110番通報をして警察へ連絡しましょう。

常に家族の連絡先、会社の連絡先がわかるものを持っています。

④ 相手の名前を聞く

事故の相手の名前・連絡先を確認しましょう。相手の名刺をもらったり、携帯電話などで事故の状況を写真に撮っておくとよいでしょう。



ワンポイントメモ

交通事故は、どちらに責任があるか簡単には分かりません。事故現場で示談（相手と約束すること）しないで警察に連絡しましょう。また、ケガをした場合は、かならず病院で診てもらいましょう。

非常用カードの作成例

(記入例)		一番伝えたいことを、簡潔明瞭に、書くことがポイントです！			
状態	耳が聞こえません				
フリガナ	記入した連絡カードは、財布やかばんの中に入れて、常に携帯してください。または、家族や知人にあらかじめ渡しておきましょう。さらに、家の分かりやすい場所に置くなどして、災害に備えましょう。				
氏名	ご自身や家族の写真と一緒にしておくことで災害時の安否確認に役立ちます。				
住所	ご自身や家族の写真と一緒にしておくことで災害時の安否確認に役立ちます。				
自宅電話	0562-****	携帯電話 090-****-****			
FAX	0562-****	メール *****@xxxxxx.ne.jp			
世帯状況	3 人世帯(構成: 母、子 *日中一人になることが多い)				
緊急連絡先	氏名	大府 はなお	大府 ハナ	親族の他に緊急時に連絡が取れる方がいる場合に記入してください。勤務先や学校の名前も記入していると安否確認に役立ちます。	
	住所	大府市〇〇町1番地	〇〇〇		
	関係	子 (〇〇〇株式会社勤務)	妹		孫 (△△学園高校通学)
	電話番号	0562-* 指定避難場所と、広域避難場所は、お住まいの地域によって異なるので事前に確認しておきましょう。			
避難場所	指定	〇△小学校		『災害時要援護者避難支援制度』で、避難方法を事前に確認している等の場合は、災害情報の伝達方法や、避難所までの避難方法について記入しましょう。	
	広域	×□公園			
避難方法	〇×△自主防災会の方が来て、避難場所まで避難支援してもらう				

かかりつけの病院	〇△クリニック	連絡先	0562-***-****
主治医	〇△先生	病名	□〇△×症
服用薬	〇**△薬、*△*△薬		
必要な補装具医療器材	ストマ装具・インスリン		
特殊な医薬品などの入手先	〇△薬局	連:	自分の身体がどういう状況で、どんな介護や支援や物資が必要か、その他気になることや伝えたいことを、緊急時を想定して全部書き出しておきましょう。
身体状況	耳が聞こえません。 手話通訳か、無理なら筆談をお願いします。		
必要な支援医療ケア	ストマ装具の支給をお願いします。 足が悪く、車椅子が無いと移動できません。		
アレルギー	そばアレルギーがあります。 日中は、〇〇〇にすることが多いです。		
その他伝えたいこと			
民生委員	□〇 △子	町内会自治会	〇×△自治会
介護保険の認定	要介護3	ケアマネジャー	〇〇〇〇居宅介護支援事業所 〇田△子
障害手帳種類・番号	身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳	等級:	1種 2級 番号: 愛知県 第123456号
保険証種類・番号	緊急時には、カードの情報は他の人へ提供されることをあらかじめご了解ください。*		
同意書			
緊急時にこのカードに記載する私の情報を、他の人に提供することに同意します。			