

1

はじめに

2

- わたしたちは ひとりの人間^{にんげん}として 尊重^{そんちょう}され
街^{まち}のなかで くらしたい
- ほかの人と 信頼^{しんらい}しあって 生活^{せいかつ}したい
- 生活^{せいかつ}をたのしみ 人^{ひと}びとと つき合^あうなかで
成長^{せいちょう}を つづけたい

グループホームはわたしたちの家^{いえ}

- グループホームは私^{わたし}の意志^{いし}で、私自身^{わたしじしん}がくらすところ
- 食事^{しょくじ}をとり 身^みのまわりをととのえ リラックスし 明日^{あす}への元気^{げんき}を やしなうところ
- 仲間^{なかま}とすごし、趣味^{しゅみ}をたのしみ 自分^{じぶん}の力^{ちから}を試^{ため}せるところ
- そのために必要^{ひつよう}な支援^{しえん}を使^{つか}えるところ

4

ワークショップの

もくてき
目的

「グループホームでいきいきと」の

だいいち もくてき
第一の目的は

じぶん じんせい
自分の人生を

ゆた
豊かにすることです

- グループホームは、^{わたし} 私たちにとって ^{かけがえ} かけがえのない ^{せいかつ} ^ば 生活の場です。
^{じんせい} ^{おく} よい人生を送るための ^{たいせつ} ^ば 大切な場です。
- あなたは、グループホームの^く暮らしが^す好きですか？
^{こま} 困っていること、^{なや} 悩んでいることはありませんか？

- このワークショップをとおして、自分のグループホームの生活を一度じっくり見直してみましよう。

自分のグループホームや

ほかのグループホームの人と一緒に、

グループホームについて

考えてみましょう。



- ^{いま}今のグループホームで うまくいっていない
ところが ^みたくさん見つかるかもしれません。
でも ^{ひかん}悲観しないでください。

なぜそうなのか、どうすれば^か変えることが
できるのか。

すぐ^か変えられないときは どうするか、^{ち え}知恵を
^だ出しあって、^{いっしょ}一緒に^{かんが}考えましょう。

そうすることが ^{わたし}私たちの^{じんせい}人生を^{ゆた}豊かにします。

もくてき
目的 2

9

だいに もくてき
第二の目的は、

なかま じんせい
仲間の人生を

ゆた
豊かにすることです

- これまでの日本では、たくさんの人が 入所施設で くらしていました。
また、ほかに 行き場がなくて、年とった親と
いつまでも 暮らしている人も 多かったの
です。
- これからの日本では、障害のある人も ない人も
みんな おなじ地域で 暮らします。

- 地域には、いろいろな暮らしかたが あります。
グループホームは その中の大切な ひとつです。
- これから もっともっと たくさんの人たちが
グループホームで 暮らします。
- 私たちが グループホームのことを 考え、グループ
ホームの暮らしをよくすることは、日本の グ
ループホームをよくすることです。
仲間の暮らしを、よくすることです。

このワークショップの内容ないよう

第1章 だい しょう グループホームでは あなた 自身 が 尊重 される。
あなたの かんが かた かん かた の ぞみ が いちばん たいせつ に
される

第2章 だい しょう グループホームでは あなたの プライバシー が
まも
守られる

第3章 だい しょう グループホームの にちじょうせいかつ の 日常生活 は あなた が き 決める

第4章 だい しょう せいかつ たの 生活 の 楽しみ

グループホームでは

あなた^{じしん}自身が^{そんちょう}尊重される

あなたの^{かんが}考え^{かた}方や^{かん}感じ^{かた}方

のぞみが ^{たいせつ}大切にされる

- グループホームはあなたの^{いえ}家です。
あなたが ^{しゅじんこう} 主人公です。
- あなたの ^{そのちよう} このみが 尊重され、
あなたが ^{じぶん} ^{せいかつ} 自分の生活を
^き 決め、^{じぶん} 自分らしく ^く 暮らします。



つぎの問いに ^とこたえながら、

^{じぶん} ^{せいかつ}
自分の生活について

^{かんが}
考え、おたがいに

はなしあってみましょう。

- あなたはグループホームで暮らしたかったのですか？

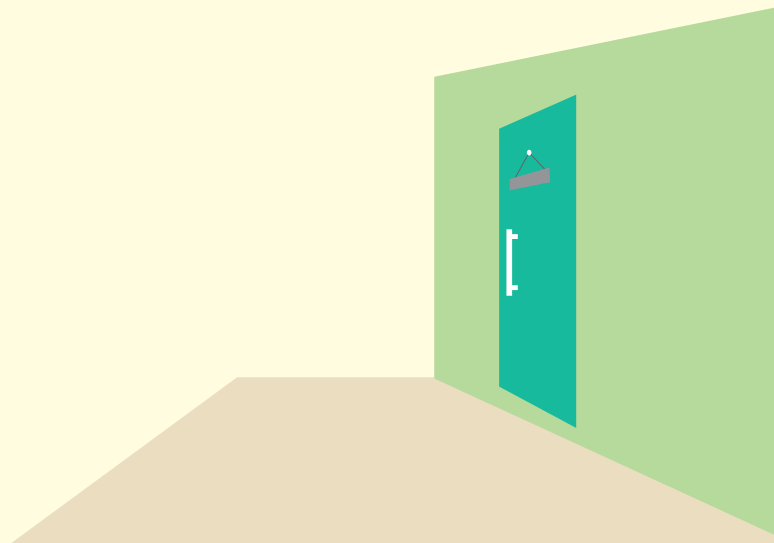


- これからも おなじグループホームで
暮^くらしたいと
おも^{おも}っていますか？

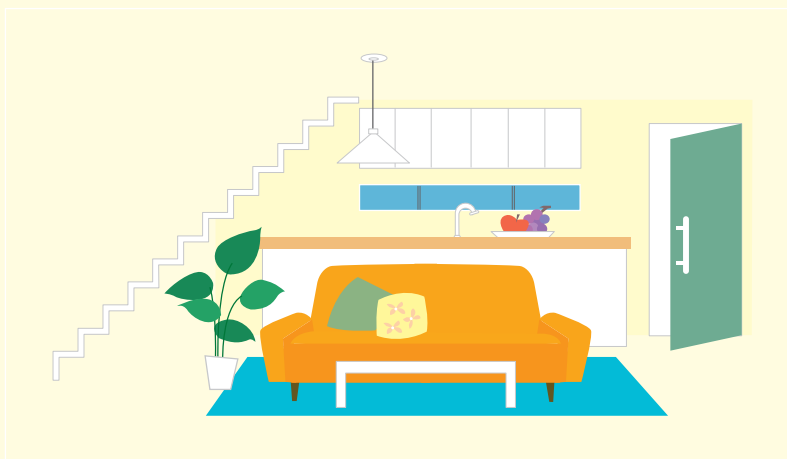


18

- あなたは 自分の 部屋の鍵を 持っていますか？



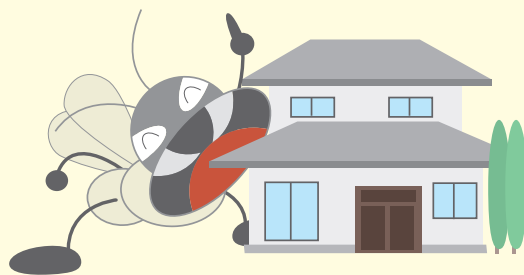
- あなたは ^{じぶん}自分の^{へや}部屋に
あなたの ^{かぐ}すきな家具をおき、
すきなカーテンや ^{こもの}小物、
^え絵などをかざって、^{じぶん}自分らしい
^{へや}部屋にしていますか？



- じぶん へや じぶん せいりせいとん
自分の部屋を自分で整理整頓して
いますか？



- あなたの ^へ ^や 部屋には
ちいさな ^{きず} 傷や ^{むし} 虫さされに
つかう ^{くすり} 薬が おいてありますか？



- あなたの ^へ ^や 部屋に
^か ^っ ^て 勝手に ^は ^い ^る 人は
いませんか？



- せわにん 世話人や しょくいん 職員は、
あなたが頼んだとおりに たの てつだって
くれますか？



● ^{しんこう}信仰や ^{しゅうきょう}宗教を

^{たいせつ}大切に ^{おも}思っている人は、

^{そんちょう}それが尊重されて いますか？



グループホームでは
あなたのプライバシーが
まも
守られる

● プライバシーの そんちよう 尊重は
じんけん 人権の きほん 基本です。

くらしの ば 場である グループホームでは
プライバシーが まも 守られることが
とく 特に たいせつ 大切です。

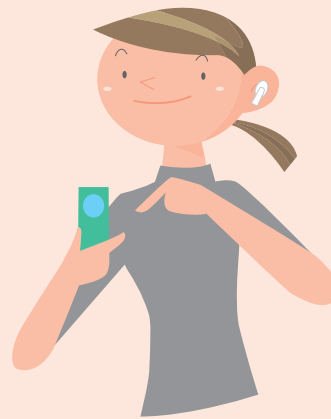


つぎの問いに ことえながら、
あなたのグループホームで、
プライバシーが^{まも}守られているかどうか
チェックしましょう

- あなたにきた ^{てがみ}手紙や ^{にもつ}荷物は、
そのまま あなたに ^{わた}渡されますか？



- あなたは
だれ 誰にも 聞^きかれないところで
でんわ 電話を かけることが できますか？



- あなたは だれも いないところで
世話人^{せわにん}や 職員^{しょくいん}、
そのほかの人^{ひと}と
はなすことが できますか？



- あなたが ^{とき} いない時、
 ^{せわにん} 世話人や ^{しょくいん} 職員が
 あなたの ^{へや} 部屋に かってに
 ^{はい} 入ることは ありますか？



- ^{せわにん}世話人や ^{しょくいん}職員が
あなたの^へ部屋を あけるときは、
かならず ノックしたり、
^{こえ}声を かけたりして、
あなたの ^{きよか}許可を まちますか？



- あなたの ^き着るものや ^せもちものを
^せ世話人^{にん}や ^し職員^{いん}が
かってに しらべたりすることは
ありませんか？

- あなたの ^{きよか}許可なしに、
あなたの ^{へや}部屋を
ほかの ^{ひと}人が のぞいたり、
^{しゃしん}写真を ^と撮ることは
ありませんか？



- あなたの ^{ぼしょ}いない場所で、
あなたのことが ^{かって}勝手に
^{わだい}話題にされることは
ありませんか？



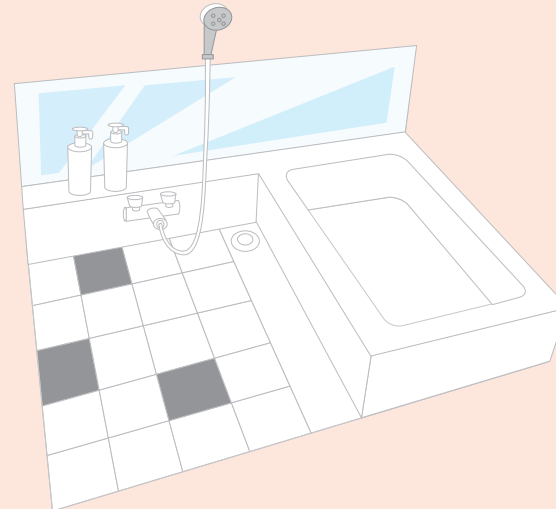
- あなたが
世話人せわにんや職員しょくいんに 話はなしたことが、
知らないうちに ほかの人ひとにつたわって
いることはありませんか？



- お風呂や、トイレの^{かいじょ}介助は
あなたが みとめた ^{どうせい}同性の^{ひと}人が
やっていますか？

^{じょせい}女性には ^{じょせい}女性の^{かいじょしゃ}介助者、

^{だんせい}男性には ^{だんせい}男性の^{かいじょしゃ}介助者ですか？



グループホームの

にちじょうせいかつ
日常生活は

あなたが決める^き

- あなたは、毎日の ^{まいにち} 暮らしのなかの ^{ぐたいてき} 具体的なことを ^{じぶん} 自分で ^き 決めたり、^{えら} 選んだりしていますか？

たとえば

^{つぎ} 次のようなことは どうでしょう？

- グループホームの 献立に、
あなたの すきなものが
とりいれられて いますか？



- ^{がいしょく} 外食したり、
すきなものを ^か 買って
たべることが できますか？



- あなたが ^{きぼう}希望すれば、
グループホームで ^{じぶん}自分で ^{ちょうり}調理
することが できますか？



健康上の理由で

食事などが制限される場合、

その理由をあなたが

よく知っていますか？



- ^{へや}部屋のそうじや ^{もの}もち物の^{せいり}整理などは、
^{じぶん}自分で^{かんが}考えたり、^{しょくいん}職員や^{せわにん}世話人と
^{そうだん}相談してきめて やっていますか？



- ^{にゅうよく}入浴するか どうか
^{じぶん}自分で ^き決めていきますか？



● お ^{じかん} 起きる時間や

ね ^{じかん} 寝る時間は

あなたの ^{つごう} 都合に あわせて

^{じぶん} 自分で きめていますか？



● にゅうよく 入浴の じかん 時間や じゅんばん 順番、

みんなで ばしょ つかう場所の そうじや

ごみだし、そのほか グループホーム

ぜんたい 全体の やくそくごと 約束事について、

はな 話しあいをしていますか？



- その話しあいの はな なかで、
あなたの発言は はつげん
きちんと みんなに
き 聞いてもらえますか？

世話にん
世話人や

しょくいん
職員についての

あなたの 希望きぼうや 苦情くじょうを

きいてくれる人ひとがいますか？

それは だれですか？



だい しょう
第4章

50

せいかつ たの
生活の 楽しみ

- あなたの ^{せいかつ}生活には
^{たの}楽しいことが たくさんありますか？
どんなことが ^{たの}楽しいですか？
- 自身の ^{じんせい}人生を
^{たの}楽しく ^{じゅうじつ}充実したものに するために、
^{しゅみ}趣味をもち、いろいろな ところへ でかけ、
たくさんの人と ^{ひと} ^あつき合いましょう。

あなたの^{せいかつ}生活の^{たの}楽しいことについて

^き聞かせてください。

^{つぎ}次のようなことは どうでしょうか ？

- あなたは、
できれば こんなことをやってみたいと
おも思っていることがありますか？
それはどんなことですか？



- ずっと つづけている
しゅみ
趣味がありますか？



- やすみの日に
あなたは
よくがいしゅつ外出しますか？



- ひとりで 行けないとき、
てっだ 手伝ってくれる ひと 人が
いますか？



- ^か買いものや コンサート
^た食べあるき などに、
^{いっしょ}一緒に いく
ともだちが いますか？



- ^{しゅみ}趣味やスポーツの
サークルなどに
はいつて いますか？



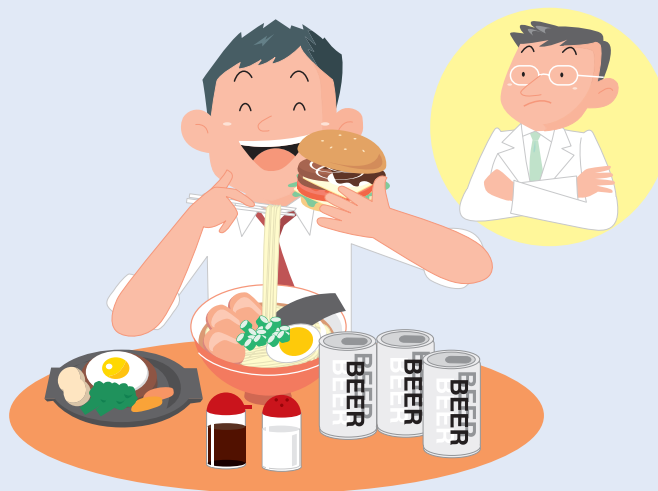
- ほんにん かい
本人の会などに
はいつていますか？



- ^{しゅみ}趣味や ^{あそびに}あそびに
^{じゆう}自由に ^{つかう}つかう ^{かね}お金を
もっていますか？



- ^{いん かい}飲み会や、
^{しょくじかい}食事会などに
よく いきますか？



- あなたは
じぶん せいかつ
自分の 生活に
まんぞく
満足 していますか？



これで おわりです！

おつかれさま でした♪

