

ワークショップ

グループホームで いきいきと



スライド1～3の

つかかた
使い方

ワークショップをはじめるとき、最初に、ゆっくり読みあげましょう。

参加者のみなさんに、これから自分たちの暮らしやグループホームのことを考えていくための、気持ちの準備をしてもらいます。

1

はじめに

2

- わたしたちは ひとりの人間として 尊重され
街のなかで くらしたい
- ほかの人と 信頼しあって 生活したい
- 生活をたのしみ 人びとと つき合うなかで
成長を つづけたい

3

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の意志^{わたし 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 身のまわり^みをととのえ 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
- そのために必要な支援^{ひつよう しえん}を使^{つか}えるところ

スライド4～8の

使い方

次に、ワークショップの目的^{もくてき}を参加者^{さんかしゃ}のみなさんと確認^{かくにん}するために、ゆっくりと読みあげましょう。参加者^{さんかしゃ}のみなさんからはまだ何も反応^{はんのう}がないと思いますが、大丈夫^{だいじょうぶ}です。もりあがってくるのは、これからです！

4

ワークショップの もくてき 目的

もくてき
目的 1

5

「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

6

- 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}生活の場です。
^{じんせい}よい人生を送るための ^{たいせつ}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？

7

- 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。



8

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

なぜそうなのか、どうすれば変えることができるのか。

すぐ変えられないときは、どうするか、知恵を出しあって、一緒に考えましょう。

そうすることが私たちの人生を豊かにします。

スライド9～11の
つかかた
使い方

ここも ワークショップの
もくてき 目的の 説明です。ゆっく
りと読みあげましょう。
さんかしゃが じぶんくらしに
参加者が 自分の暮らしに
ついて かんがえ、はつげん
は、自分自身や身近な仲間
だけでなく、もっととお
遠いところに住んでいる しょうがい
障害のある仲間や、しょうがい
のある子どもたちの暮らしを より
よくしていくことにも つ
ながっているのです。

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

10

● これまでの日本では、たくさんの人が 入所
しょうせい
施設で くらしていました。

また、ほかに い ば
行き場がなくて、年とった親と
いつまでも くらしている人も 多かったので
す。

● これからの日本では、しょうがい
障害のある人も ない人も
みんな おなじちいき
地域で 暮らします。

11

- 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。

スライド12の使い方

1章から4章までありますが、時間によっては、全部やらなくても大丈夫です。

もし、いくつかの章をえらんでやる場合は、この時に参加者に知らせましょう。

「今日は、○章と○章だけをやります」などと案内しましょう。

12

このワークショップの内容

- 第1章 グループホームでは あなた自身が尊重される。あなたの考え方や感じ方、のぞみが一番たいせつにされる
- 第2章 グループホームでは あなたのプライバシーが守られる
- 第3章 グループホームの日常生活は あなたが決める
- 第4章 生活の楽しみ

スライド13～15の
つか かた
使い方

ここから1章が はじまり
ます。
しんこうがかり
進行係は、スライドの言葉
を おお 大きな 声で ゆっくり 読
みましよう。

だい しょう
第 1 章

13

グループホームでは
あなた自身じしんが尊重そんちょうされる
あなたの考え方かんがや感じ方かた
のぞみが 大切にたいせつされる

14

- グループホームはあなたの家いえです。
あなたが 主人公しゅじんこうです。
- あなたの このみが 尊重そんちょうされ、
あなたが 自分じぶんの生活せいかつを
決め、自分じぶんらしく暮くらします。



スライド16の使い方

「さあ、ここから皆さんに答えてもらいながらワークショップを進めてゆきます」「カードの用意はいいですか」などと言って、参加者の関心を引きつけます。

スライドのことばを読みあげた後で、

「暮らしたかった人は○、暮らしたくなかった人は×、わからない人は△の札をあげてください。」

と説明しましょう。

○をあげた人、×をあげた人、△をあげた人、それぞれ1人くらいずつに、その理由を聞いてみましょう。またグループホームの前はどこで暮らしていたかを聞くのもよいでしょう。

名札を見て、名前でもよびかけると親しみがわいて、雰囲気ながよかになりますよ。

15

つぎの問いにこたえながら、

自分の生活について

考え、おたがいに

はなしあってみましょう。

16

- あなたはグループホームで暮らしたかったのですか？



スライド 17 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、「暮らしたいと思っている人は○、暮らしたくない人は×、分からない人は△の札をあげてください」と説明しましょう。
また、何人かにその理由も聞いてみましょう。

17

- これからも おなじグループホームで暮らしたいとおもっていますか？

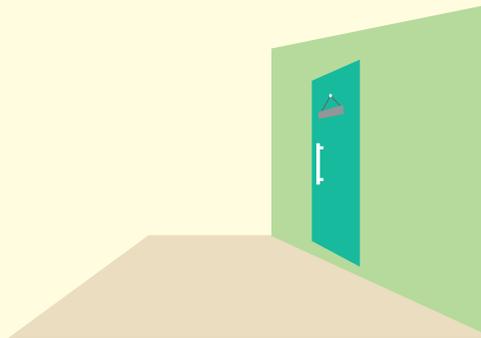


スライド 18 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、「持っている人は○、持っていない人は×、わからない人は△の札をあげてください」と説明しましょう。
持っているかどうか、持っていないとどうか、気持ちも聞いてみましょう。

18

- あなたは 自分の 部屋の鍵を 持っていますか？



スライド19の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、「好きなものをおいている人は○、おいていない人は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。何人かの人に、どんなものをおいているかや、おいていない理由なども聞いてみましょう

スライド20の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、「自分でしている人は○、していない人は×、わからない人は△をあげてください。手伝ってもらっても自分でしているなら○です。」と説明しましょう。何人かの人に、理由や、どんなふう整理整頓しているかなど、具体的に聞いてみましょう。
進行役は、参加者の意見を聞いて自分の感想などを思いついたら、それも話しながら進めましょう。
ただし、進行役がたくさん話すと、参加者が話す時間がなくなるので注意しましょう。

19

- あなたは 自分の部屋に
あなたの すきな家具をおき、
すきなカーテンや 小物、
絵などをかざって、自分らしい
部屋にしていますか？



20

- 自分の部屋を 自分で整理整頓して
いますか？



スライド21の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、

「おいてある人は○、おいていない人は×、わからない人は△をあげてください」

と説明しましょう。

「どんな薬がおいてあるか」や、「おいていない人はどこにあるか知っているか」など、聞いてみましょう。

スライド22の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、

「勝手に入る人がいない場合は○、いる場合は×、わからない場合は△をあげてください」と説明しましょう。

どんな場合に勝手に入るのか、誰が入るのかなど、具体的にきいてみましょう。

21

- あなたの部屋には
ちいさな傷や虫さされに
つかう薬がおいてありますか？



22

- あなたの部屋に
勝手にはいる人は
いませんか？



● スライド23の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「頼んだとおりに手伝ってくれる場合は○、くれない場合は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
何人かの人に、具体的な話や そのときの気持ちなどを聞いてみましょう。

● スライド24の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「尊重されていると思う人は○をあげてください。宗教をやめるように言われたり、無理に宗教を押し付けられたことがある人は×をあげてください。とくに大切にしている宗教はないという人や宗教についてよくわからない人は△をあげてください。」と説明しましょう。
×の人がいたら、話せる範囲で詳しく聞いてみましょう。話したくなければ、話さなくて大丈夫と伝えましょう。

23

- 世話人や職員は、あなたが頼んだとおりに てつだってくれますか？



24

- 信仰や宗教を大切に思っている人は、それが尊重されていますか？



スライド 25 の^{つか かた}使い方
ここからは第 2 章^{だい しょう}です。書^か
いてある^{ことば}言葉を ゆっくり
よ^よ読みあげましょう。

だい しょう
第 2 章

25

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

スライド 26、27 の^{つか かた}
使い方
第 2 章^{だい しょう}の説明^{せつめい}です。ゆっく
りよ^よ読みあげましょう。
プライバシー^{ぷらいいばしー}というのは、
自分^{じぶん}について 知られたく
ないこと^みや 見られたくな
いもの^{ひみつ}を秘密^{ひみつ}にしておける
こと^{こと}などです。

26

● プライバシーの^{じんけん} 尊重^{そんちよう}は
人権^{じんけん}の 基本^{きほん}です。

くらしの場^ばである グループホームでは
プライバシーが 守^{まも}られることが
とく^{とく}に 大切^{たいせつ}です。



27

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

スライド28の使い方

スライドの言葉を読みあげ

たあとで、

「そのまま渡される人は○、
誰かがあけてしまう人は
×、わからない人は△を
あげてください」

と説明しましょう。

何人かに、具体的に聞いて
みましょう。

28

- あなたにきた手紙や荷物は、
そのままあなたに渡されますか？

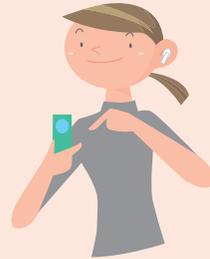


スライド 29 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「できる人は○、できない人は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
何人かの人に、どんな状況なのか、それについての自分の気持ちも具体的に聞いてみましょう。

29

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



スライド 30 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「だれもいないところで話せる人は○、話せない人は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
何人かの人に、どんな場所で話すか、どんなことを話すかなど聞いてみましょう。

30

- あなたは だれも いないところで 世話人や 職員、 そのほかの人と はなすことが できますか？



スライド31の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
 「勝手に入ることがないなら○、勝手には入ることがある場合は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
 何人かの人に、具体的な状況や そのときの気持ちなどを聞いてみましょう。

スライド32の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
 「許可をまつ場合は○、許可を待たないで開ける場合は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
 何人かの人に、具体的に聞いてみて、それについてどう思うか、気持ちや考えも聞いてみましょう。

31

- あなたが いない時、
 世話人や 職員が
 あなたの 部屋に かってに
 入ることは ありませんか？



32

- 世話人や 職員が
 あなたの部屋を あけるときは、
 かならず ノックしたり、
 声を かけたりして、
 あなたの 許可を まちますか？



スライド33の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
 「かつてに調べることはない場合は○、ある場合は×、わからない人は△をあげてください」
 と説明しましょう。
 ×の人や△の人がいたら、何人かの人に、具体的に聞いてみましょう。

33

- あなたの 着るものや もちものを
 世話人や 職員が
 かつてに しらべたりすることは
 ありませんか？

スライド34の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
 「こういうことがない人は○、ある人は×、わからない人は△をあげてください」
 と説明しましょう。
 ×や△の人がいたら、具体的に聞いてみて、どんな気持ちかなども聞いてみましょう。

34

- あなたの 許可なしに、
 あなたの 部屋を
 ほかの人が のぞいたり、
 写真を 撮ることは
 ありませんか？



スライド35の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
 「話題にされることのない人は○、ある人は×、わからない人は△をあげてください」
 と説明しましょう。
 何人かの人に、具体的に聞いてみましょう。

35

- あなたの いない場所で、
 あなたのことが 勝手に
 話題にされることは
 ありませんか？



スライド36の使い方

スライドを読みあげたあとで、
 「伝わっていることのない人は○、ある人は×、わからない人は△をあげてください」
 と説明しましょう。
 何人かの人に、具体的に聞いてみましょう。

36

- あなたが
 世話人や職員に 話したことが、
 しらないうちに ほかに人につたわって
 いることはありませんか？

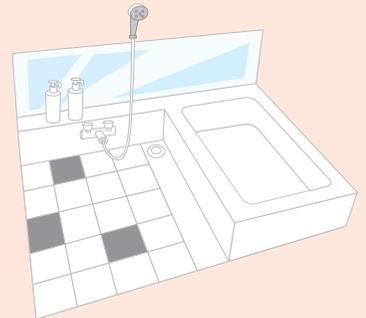


スライド37の使い方

スライドを読みあげたあとで、
「介助がいらない人は△をあげてください。手伝ってもらう人で、女性には女性の介助、男性には男性の介助であれば○、そうでない場合は×をあげてください」と説明しましょう。

37

- おふろや、トイレの介助は
あなたが みとめた 同性の人が
やっていますか？
女性には 女性の介助者、
男性には 男性の介助者ですか？



スライド38の使い方

ここからは第3章です。
ゆっくり読みあげましょ
う。

だい しょう
第3章

38

グループホームの

日常生活は

あなたが決める

スライド39の使い方

スライドの言葉をゆっくり読みあげましょう。

39

- あなたは、毎日のくらしのなかの具体的なことを自分で決めたり、選んだりしていますか？

たとえば

次のようなことは どうでしょう？

スライド40の使い方

スライドの言葉を読みあげ

たあとで、

「取り入れられている人は

○、取り入れられていない

人は×、わからない人は△

をあげてください」

と説明しましょう。

何人かの人に具体的に聞いて

みましょう。

ついでに これまであまり

発言しなかった人に、どん

なものが好きで、どんなも

のが苦手か、聞いてみるの

もよいでしょう。

40

- 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？



スライド 41 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「できる人は○、できない人は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
何人かの人に具体的に聞いてみましょう。

41

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



スライド 42 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「できる人は○、できない人は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
何人かの人に具体的に聞いてみましょう。

42

- あなたが 希望すれば、グループホームで 自分で調理 することが できますか？



スライド43の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「知っている人は○、知らない人は×、食事の制限がない人や、長くわからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
何人かの人に具体的に聞いてみましょう。

43

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？



スライド44の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「やっている人は○、誰かが知らないうちにやっている人は×、わからない人は△をあげてください」と説明しましょう。
何人かの人に具体的に聞いてみましょう。

44

部屋のそうじや
自分で考えたり、
相談してきめて
もち物の整理などは、
職員や世話人と
やっていますか？



スライド 45 の使い方

スライドの言葉を読みあげ
たあとで、
「自分で決めている人は○、
の誰かが決めてしまう場合
は×、わからない人は△を
あげてください」
と説明しましょう。
何人かの人に具体的に聞いて
みましょう。

45

にゅうよく
入浴するか どうか
じぶん
自分で 決めていきますか？



スライド 46 の使い方

スライドの言葉を読みあげ
たあとで、
「自分で決めている人は○、
他の誰かが決めてしまう
場合は×、わからない人は
△をあげてください」
と説明しましょう。
何人かの人に、具体的に
何時に起きているかなどを
聞いてみましょう。時間の
よゆうがあれば、順番に
全員にきいてみても いい
でしょう。

46

お じかん
起きる時間や
ね じかん
寝る時間は
あなたの 都合に あわせて
じぶん
自分で きめていますか？



スライド47の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「話しあいをしている場合は○、していない場合は×、わからない人は△をあげてください」
と説明しましょう。
○の何人かの人に、具体的にどんなことを話し合うかなどを聞いてみましょう。
×の人には、約束事などはどうやって決めるのか聞いてみてもいいでしょう。

スライド48の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「聞いてもらえる人は○、聞いてもらえない人は×、わからない人や話しあいをしたことがない人は△をあげてください」
と説明しましょう。
何人かの人に、具体的に聞いてみましょう。

47

● 入浴の時間や順番、

みんなで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

全体の約束事について、

話しあいをしていますか？



48

● その話しあいのなかで、

あなたの発言は

きちんとみんなに

聞いてもらえますか？

スライド49の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「世話人や職員についてあなたが何か困ることがあったとき例えば『世話人が子ども扱いして嫌だ』とか、『小遣いのことで、世話人と もめる』など、世話人に考え直してもらいたいことがある場合 誰か聞いてくれる人がいますか？ いる人は○、いない人は×、わからない人は△をあげてください」

と説明しましょう。
それは誰か聞いてみましょう。
また、どんな希望や苦情があるか、言える範囲でいいので聞いてみるでもいいでしょう。

スライド50の使い方

ここからは第4章です。
とても盛り上がる場所ですよ！

49

せわにん
世話人や

しよくいん
職員についての

あなたの 希望や 苦情を

きいてくれる人がいますか？

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

スライド51、52の

つかかた
使い方

スライドの言葉をゆっくり
よ読んでみましょう。

4章は「楽しいこと」を話

すところです。

参加者の「楽しみ」をたく

さん引き出して聞いてい

きましょう。

51

- あなたの生活には
楽しいことがたくさんありますか？
どんなことが楽しいですか？

- 自分の人生を
楽しく充実したものにするために、
趣味をもち、いろいろなところへでかけ、
たくさんの人とつき合ひましょう。

52

あなたの生活の楽しいことについて
聞かせてください。

次のようなことは どうでしょうか？

スライド 53 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「ある人は○、ない人は×、わからない人は△をあげてください」
と説明しましょう。
何人かの人に、それはどんなことなのか、具体的に聞いてみましょう。
時間に余裕があれば、全員に順番に聞いてみてもいいでしょう。

53

- あなたは、
できれば こんなことをやってみたいとおもっていることがありますか？

それはどんなことですか？



スライド 54 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「ある人は○、ない人は×、わからない人は△をあげてください」
と説明しましょう。
何人かの人に、それはどんな趣味なのか、具体的に聞いてみましょう。
時間の余裕があれば、全員に順番に聞いてみてもいいでしょう。

54

- ずっと つづけている
趣味がありますか？



スライド55の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「よく外出する人は○、あまりしない人は×、わからない人は△をあげてください」

と説明しましょう。
何人かの人に、どんなところに外出するのか聞いてみましょう。
あまり外出が好きでない人もいますので、×の人には、休みの日に何をするのか聞いてみましょう。

スライド56の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「いる人は○、いない人は×、わからない人は△をあげてください」

と説明しましょう。
何人かの人に、だれが手伝ってくれるか聞いてみましょう。

55

- やすみの日に
あなたは
よく外出しますか？



56

- ひとりで 行けないとき、
手伝ってくれる 人が
いますか？



スライド57の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「いる人は○、いない人は×、わからない人は△をあげてください」
と説明しましょう。

57

- 買い物や コンサート
食べあるき などに、
一緒に いく
ともだちが いますか？



スライド58の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「入っている人は○、入っていない人は×、わからない人は△をあげてください」
と説明しましょう。

サークルというのは、集まり、グループのことです。
どんなサークルに入っているのか、具体的に聞いてみましょう。

58

- 趣味やスポーツの
サークルなどに
はいつて いますか？



スライド59の使い方

スライドの言葉を読みあげ

たあとで、

「入っている人は○、入っていない人は×、わからない人は△をあげてください」

と説明しましょう。

本人の会、というのは、障害のある当事者の仲間があつまって、楽しいことや勉強など、自分たちのしたいことを自分たちで決めてやっていくグループのことです。

わからない人がいたら、本人の会の説明をしましょう。

入っている人がいたら、どんなことをやっているか聞いてみましょう。

スライド60の使い方

スライドの言葉を読みあげ

たあとで、

「持っている人は○、持っていない人は×、わからない人は△をあげてください」

と説明しましょう。

小遣いについて何か話したい人がいたら、自由に話してもらいましょう。

59

- 本人の会などに
はいっていますか？



60

- 趣味や あそびに
自由に つかう お金を
もっていますか？



スライド 61 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「行く人は○、行かない人は×、わからない人は△をあげてください」
と説明しましょう。話した人がいたら自由に話してもらいましょう。

スライド 62 の使い方

スライドの言葉を読みあげたあとで、
「満足している人は○、していない人は×、わからない人は△をあげてください」
と説明しましょう。
最後のスライドなので、参加者全員に言いたいことを自由に言ってもらってもいいでしょう。

61

- **飲み会や、
食事会などに
よく いきますか？**



62

- **あなたは
自分の生活に
満足 していますか？**



63

これで おわりです！
おつかれさまでした♪





- 発行日 平成23年9月30日
- 発行者 障害のある人と援助者でつくる日本グループホーム学会
代表 山田 優
- 事務局 障害のある人と援助者でつくる日本グループホーム学会
神奈川県横浜市中区本牧町1-120
FAX : 045-228-7728
E-mail : info@gh-gakkai.com
<http://www.gh-gakkai.com/>