

ぐんまちゃん あんしんノート

～障害のある人と家族と支援者をつなぐ～

(記 載 例)



ぐんまちゃん 30-190813

ぐんまちゃん あんしんノート 記入 年 月 日 記入者 ()

1. 私(本人)の自己紹介

(1) 名前、住所など



名 前 群馬 桃花 (男・女) ☒ 女

呼び名 ももちゃん

今の所属 (学校、福祉の場、就労先) 利根川福祉作業所 (P.17 参照)

電話 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇

誕生日 平成元 年 2 月 3 日 血液型 (A Rh ☒ +)

住所 住民票のところ 〇×市△〇町123-4

主に住んでいる所 同上

電話 〇〇〇-〇〇〇-××××携帯

保護者 氏名 群馬 太郎 続柄 父

住所 同 上

電話 同 上

支援者 山川 ひかる(たにがわ相談支援) 連絡先 〇〇〇-〇〇〇〇 (P.17 参照)

支援者 前橋 一郎(利根川福祉作業所) 連絡先 〇〇〇-〇〇〇〇 (P.17 参照)

障害の告知 診断名や既往症 知的発達障害 てんかん

告知を受けた機関 赤城大学附属病院

手帳 療育手帳(障害程度 B 中 , P.26 参照)

身体障害者手帳(障害名・等級 . , P.26 参照)

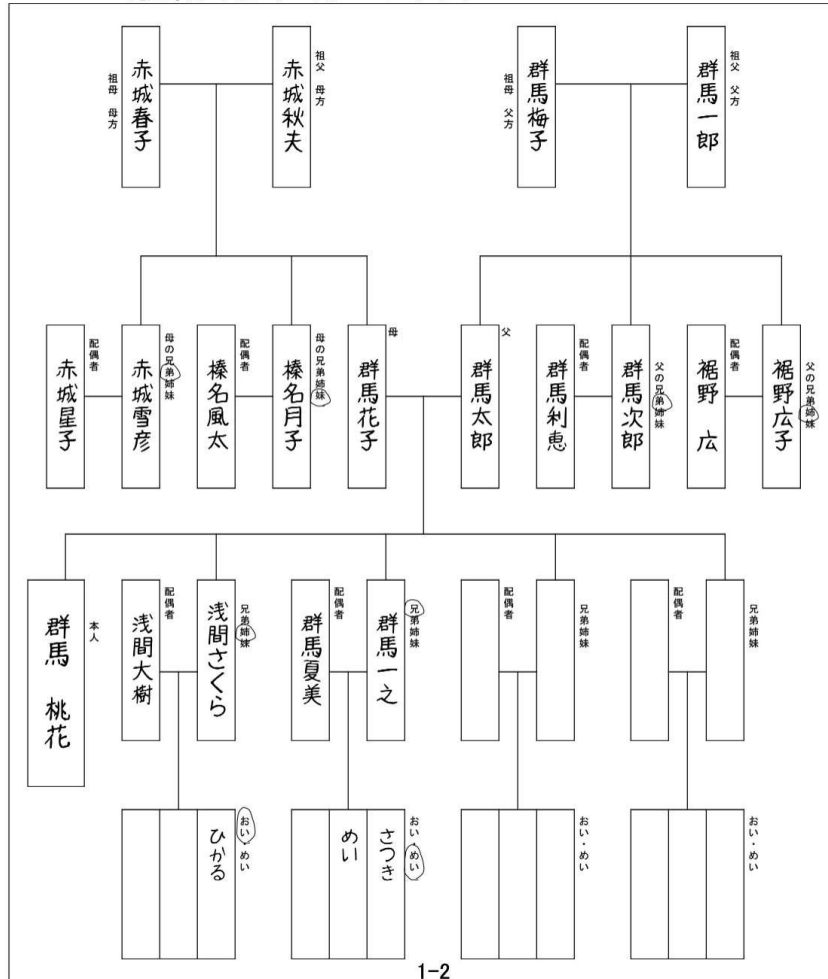
服薬 ☒ 有り 〇〇〇〇朝夕食後1錠 (P.29 参照) ☐ 無し

成年後見人 つけている (, P.27 参照) ☒ 付けていない

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)



家系図(ファミリーブック)



1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)

①コミュニケーションについて



本人からの表現のしかた

- ・要求 2〜3語文で会話は出来ますが、決まったパターンなのでの会話になりがちで、問いかけにはオウム返しになることも多いため、本人の本当の要求を引き出すためには、ゆっくりと選択肢を提示したり、図や写真などを見せながら、わかりやすく、示してあげる必要があります。
- ・理解 文字は読めます。簡単な文なら理解できますが、わかっていなくても相手の問いかけにあわせて、オウム返しで応えたり、わかりました、と応えてしまうので、図示したりして、わかりやすく伝えて下さい。言葉で伝える場合は短い言葉で、伝えて下さい。
- ・拒否 指示された言葉に反応できなくなる。動作が止まるなどの様子が見られたら、拒否しているのか、あるいは理解ができていない場合が多いようです。

相手からの指示のしかた

- ・伝え方 言葉での指示は短めにして下さい。指示が複数ある場合などは、簡単な文や図で示してもらえると理解しやすいようです。
- ・禁止 早口でいくつも指示があると混乱します。大きく混乱すると、一旦動作が止まり、その後、自分の頭をたたき始めることがあります。☆そうになったら、静かな場所でゆっくり静かな口調で『大丈夫だよ』と伝えながら、落ち着くまで寄り添っていきましょう。

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)



1人で出来ていること、出来ていないこと等

④整容について

- ・散髪 月に1回、土曜日の朝一番に予約を入れて、
〇〇美容室にてカットしています。
- ・髭剃り
- ・洗顔 朝起きると、自ら洗面所に行き、行えています。ただし目やになどが
ついていることもあり、パターン通りに顔を濡らしてタオルで拭いてきて
いるだけの様子。
- ・化粧 普段はしていませんが、お出かけの時にうっすらと
母がしてあげると、嬉しそうにしています。
- ・爪切り 2週間に一度、母が行います。
手指の爪は、自分で噛んで短くなっていることも多いです。
- ・耳掃除 不定期に(思い出したときに)母が行っています。
極端に嫌がりはありませんが、緊張している感じはあるので、
慣れていない人にはさせないかもしれません。
- ・歯磨き 一応、自分でもしますが、歯磨き粉を出し過ぎたり、奥歯までは
きちんと磨けないので、母が付添ながら実施して、仕上げ磨きを
母が行います。
- ・特記事項

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)



1人で出来ていること、出来ていないこと等

⑤トイレについて

- ・排尿 自立しています。
- ・排便 基本的には自立していますが、体調が悪くて軟便気味の時に
下着を汚してしまうことも有るので、
そういうときは母が確認しています。
- ・生理 ナプキン交換は自分でできますが、交換のタイミングは促しが
必要です。
- ・着脱補助 不要です
- ・便器への移乗 問題有りません。
- ・声かけ・見守り 軟便の時だけ注意して声をかけたりします。
- ・その他

⑥パニックについて

- ・パニックの様子 (P. 30 参照) 理解できないことや、日課の変更などが苦手
です。理解できないと、まず動きが止まります。混乱が大きいと自分の頭を
たたくなどの自傷が始まります。
- ・起こる原因 日課の急な変更。早口での説明や指示。
口頭による、複数の事柄の長い説明や指示
- ・対応 (良い対応、良くない対応) ○ 静かな場所で、ゆっくりと落ち着いた声で
『大丈夫だよ』と伝えて下さい。時間が経っても自分で落ち着こうとします。
× その場で、叩くなどの行為を無理に制止されると余計混乱します。複数の人から
囲まれて同時に声かけされるのも、かえって混乱します。

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)

1人で出来ていること、出来ていないこと等



⑦買い物について

一人で買い物に行くことはできません。家族やヘルパーと一緒にいき、決まったコーナーに行けば、毎回ほぼ同じようなものをかごに入れます。会計の際は、付添者が、声をかければ、言われたお金を出しておつりも受け取れます。

⑧入浴について

自分でできますが、丁寧では無いので、母が見守り声をかけながら促せば、きちんと髪も体も洗えます。入浴後のドライヤーは母がかけています。

⑨お金の管理等について

自分では難しいので、母が管理して、買い物や外出に行くときに、必要な金額を母がお財布に入れてあげています。

⑩こだわり

平日は朝起きてから、夜寝るまで、ほとんど毎日一定の日課で過ごします。
夕食・入浴後は、自室で毎日同じDVD(まんが日本昔話)を見てすごします。
休日もお出かけやサークルが無ければ、同じようなDVDを見ています。

⑪お気に入りグッズ、場所など

「まんが日本昔話」のDVD

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)

1人で出来ていること、出来ていないこと等



⑫移動

・移動 自分でできますが、外出する際は見守りが必要です。

・移動する器具

・声かけ・見守り

突発的に動くことは無いので、行き先や目的などをはっきりと伝えてあれば、付添者についてきます。

⑬睡眠

・睡眠の様子

ほぼ毎日、同じ時間に、自分で消灯してベッドに入ります。
夜間に起きてくることはありませんが、遅い時間でも起きていることはあり、眠りは浅いように思います

・起床の様子

1～2回声をかければ、すぐに起きて、ベッドサイドに用意してある衣服に自分で着替えます。

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)

1人で出来ていること、出来ていないこと等



⑭不調・痛みの訴え方

・ことば

自分で訴えてくることはありません。調子が悪そうで声をかけても、いつもと同じような仕草で、うなづいたり、手をあげるような仕草をするだけなので、はっきりとはわかりにくいです

・行動

ごはんがあまり減らなかつたり、トイレに入ってからなかなか出てこないときは、不調のことが多いようです。

・しぐさ

自分から不調を訴えてくるような仕草は、ほとんどありません。食卓に着いてから、すぐに食事を始めないときは要注意です。

からだの状態

⑮眼の状態

・眼鏡使用の有無

問題ありません

・白内障

問題ありません

・緑内障

問題ありません

・その他

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)

からだの状態



⑯耳の状態

・補聴器使用の有無

問題ありません

・耳あか、耳だれ、中耳炎等

花粉症のシーズンや風をひいた時などに、中耳炎になることがあります。必要以上に何度も強く鼻をかむくせがあり、それも原因かと思えます。

・耳鼻科通院の状態(頻度・拒絶の有無等)

苦手ですが、緊張しながらもがんばって受診しています。

・その他

⑰口腔の状態

・虫歯

問題ありません

・歯周病等

問題ありません

・義歯等

ありません

・歯科通院の状態(頻度・拒絶の有無等)

半年に1回、かかりつけの歯科医で検診を受け、歯石や歯垢除去をしてもらっています。慣れていて、嫌がる感じはありません。

・その他

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)

からだの状態



⑮拘縮・麻痺の状態

・上肢の状態

問題ありません

・下肢の状態

問題ありません

・痛みの状態

問題ありません

⑯皮膚の状態

・褥瘡の有無

問題ありません

・アトピー等の有無

アトピーの診断は受けていませんが、少し乾燥肌で、冬場は入浴後にスキンクリーム や保湿剤を塗っています

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(2) 私ってこんな人(part 1)

からだの状態



⑳発作について (P. 30参照)

・頻度

2～3年に1回程度

・様子

突然意識がなくなり、手足や全身を突っ張らせて、けいれんを起こします。

顔から血の気が無くなり、真っ青になることもあります。

目が上向きになり、全身が強直します。

ほとんどが数十秒で終わりますが2～3分続くこともあります。

けいれんや強直がおさまっても、しばらくぼうつとしていることが多いです。

・発作後の対応

しばらくは身体がふらついていることが多いので、一人で立ち歩くと転倒のおそれがあるので、意識がはっきりとして、きちんと歩けるようになるまでは、そばで見守って下さい。

発作後に失禁をしてしまうことがあるので、意識が落ち着いて歩けるようになったら、付添いながら、トイレに連れて行き、便座に座らせてみて下さい。

発作を起こしたときに、転倒やどこかにぶつけて、外傷が出来ていないか確認して下さい。頭部に外傷があるときは、すぐに家族がかかりつけ医に連絡して、指示に従って下さい。

・特記事項 体調が崩れているときや、大きな行事の前後などに発作を起こしていることが多いので、そういったときは普段より気をつけて下さい。

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(3) 私ってこんな人(part 2)



①生育歴(母子手帳より)

・出産時の状況、発達の履歴

普通分娩、2860g

比較的、おとなしい子で泣いたり、歩き回ることが少なく、抱き上げるとかえって嫌がるように、泣き出すこともありました。

声をかけても、振り向かなかったり、目があまり合わないことが気になりました。

3才から保育所に通い始めましたが、好きなおもちゃで、一人で遊んでいることが多く、お友達と一緒に遊ぶことはほとんどありませんでした。

急に怒り出したり、泣き出したりすることが良くあり、言葉もほとんど話さなかったため、保育所の先生のススメで赤城病院の小児科にかかりました。

②私(本人)の気持ち(やりたいこと、性格等)

慣れた環境の中で、決まったパターンでの生活ならば、気持ち的に

落ち着いているようです。

いろいろなところに、お出かけすることは嫌いではありませんが、行き先とそこで何をするのか、何を食べるのか、うちに何時に帰ってくるかは、

はっきりわかっていると安心できるようで、出かけるまで何度も確認します。

作業所に通って行っている作業(ボールペンの組立など)は好きなようで、毎日活動時間中は集中して行えています。

家にいて暇なときは、自分の部屋で決まったDVD(日本昔ばなし)見て、セリフをまねしながらずっと見ています。

食べることも大好きで、お出かけ先と食事内容は、いつもセットで決まっています。(「〇×公園」に行くときは、「ハンバーガーとポテト」など)

1. 私(本人)の自己紹介(つづき)

(3) 私ってこんな人(part 2)



③エピソードで私ができる

・成長、個性がわかるできごと

以前は、作業所の行事が近づいてきて、特にイベントでの出し物の、ダンス練習などがあると、落ち着かなくなったり、繰り返しの質問が多くなったりして、不安定になることも多くありましたが、

最近では、年間行事のパターンや内容もわかってきているようで、お部屋のカレンダーに予定を書き込んでおいてさえあげれば、時折母親に確認をすることはあっても、作業所でパニックを起こしたりすることは、ほとんど見られなくなりました。

・つまづきの場面(反抗期・思春期・更年期・老化など)と、その対応

養護学校の高専部に入ったころ、突然お友達を叩いたり、パニックを起こして、自分の洋服を破いたりすることが、しばしばあり、家に帰ってからも、コップやお茶碗を割ったり、自分の髪の毛を抜いたり、母親の髪の毛をひっぱたりすることもありました。

精神科で安定剤をもらったり、担任の先生と親で、本人の気になっていることや、苦手なこと、得意なことなどを整理して、日々の暮らしのタイムスケジュール表を本人と一緒に作って部屋に貼ったり、カレンダーに予定を書き込み、日々の生活の見通しを立てて生活を送ることを、家庭でも学校でも連携して重要視し、また、時々失敗したり不安定になっても、周りもあわてずに、静かな環境につれて行き、ゆっくりとリセット出来るように配慮して頂けるようになってから、少しずつ改善して、3年生ではほとんどパニックもおこさなくなりました。

・家族に変化があったときの本人の様子

同居していた祖母が亡くなった時、しばらくは祖母の部屋を突然見に行ったり、

「おばあちゃんは？」と尋ねてくることもありましたが、「おばあちゃんは天国に行ったよ」と応えると、その言葉を自分で繰り返したりしていました。

・その他

2. 私(本人)の日常生活



(1)暮らしを支えてくれる輪 ～仲間と支援者と家族～No1

(どこの誰だれさん、場所 など)

※P. 1 6 と見開きになるように、ファイルして下さい。

医療関係

(かかりつけ医、専門医など)

・病院、リハビリ施設
赤城大学附属病院(山田Dr)
・薬局
・歯科
浅野歯科医院

(詳細はP.2 9 参照)

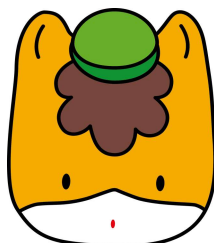
家族・親族

・群馬太郎(父)
・群馬花子(母)
・群馬一之(兄)
・浅間さくら(姉)
・榛名月子(叔母)

(詳細はP.1 9 参照)

名前・愛称(ももちゃん)

私の写真を貼ってね



2. 私(本人)の日常生活(つづき)



(1)暮らしを支えてくれる輪 ～仲間と支援者と家族～No.2

(どこの誰だれさん、場所 など)

※P. 1 5 と見開きになるように、ファイルして下さい。

権利擁護関係(成年後見人、

社協、市役所担当者など)

友達、お母さんの友達、

コミュニティフレンド、ご近所さんなど

習い事・サークル

よく行くところ・お店など

・成年後見人
・日常生活自立支援事業
(社会福祉協議会)
担当者
・市役所担当者
障害福祉課 青木さん
(詳細はP.1 7～1 8 参照)

・剣根みかちゃん(友人)
・剣根まりさん(友人の母)
・中島美幸さん(母の友人)
・新井裕美さん(母の友人)
・谷山寛子さん(隣家)
(詳細はP.1 7～1 8 参照)

・サークル等
マハロ
(フラダンスサークル)
石川陽子さん
・福祉有償運送車両等、
よく利用する事業
(詳細はP.1 7～1 8 参照)

住まいの場(入所、自宅

グループホーム、ケアホーム等)

・居宅介護、重度訪問介護等
・訪問看護、訪問リハビリ等
・グループホーム

(詳細はP.1 7～1 8 参照)

学校・通所先・就労先など

(日中活動の場)

・通学、就労、通所先
(学校・職場・
障害福祉サービス事業所等)
剣根川福祉作業所

(詳細はP.1 7～1 8 参照)

余暇、社会参加(児童デイ、

移動支援、ヘルパーさん等)

・日中一時・児童デイ等
・移動支援等
妙義ヘルパーステーション

(詳細はP.1 7～1 8 参照)

相談機関

() ()

・相談支援事業所
たにがわ相談支援事業所
山川 ひかるさん
・民生委員・児童委員
秋田一郎さん
・児童相談所など

(詳細はP.1 7～1 8 参照)

(詳細はP. 参照)

(詳細はP. 参照)

2. 私(本人)の日常生活(つづき)

(2) 連絡先

① 仲間と支援者たちの連絡先



(ふりがな) 氏 名	間 柄 (後見人、支援者、先生、 役所担当者、友人等)	所 属 と 連 絡 先 (住 所 / 電 話)	備 考
やまかわ 山川 ひかる	支援者	たにがわ相談支援事業所 〇×市△△町1-2-3 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	
まえばしいちろう 前橋 一郎	支援者	利根川福祉作業所 〇×市×△町4-5-6 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	
とね みか・まり 利根 みか まり	友人 友人の母	TEL 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇 (まりさんの携帯)	
なかじま みゆき 中島 美幸	母の友人	TEL 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	
あらい ゆみ 新井 裕美	母の友人	TEL 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	
たにやまひろこ 谷山 寛子	お隣の奥さま	TEL 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	
いしがわ ひとみ 石川 瞳	指導者	フラサークル「マハロ」 TEL 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇	

2. 私(本人)の日常生活(つづき)

(2) 連絡先

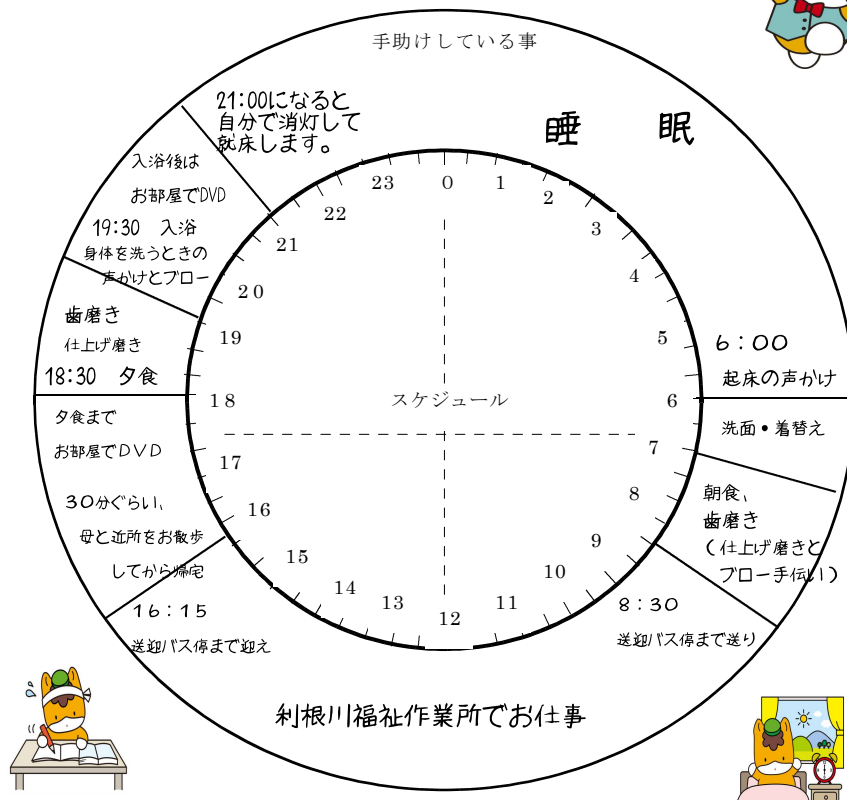
② 家族、親戚などの連絡先



ふりがな 氏 名 (生年月日)	性 別	連 絡 先 : 住 所 (電 話)	職業、関係 同居・別居など 備考
ぐんま たろう 群馬 太郎 昭和34年4月 8日 女	男	〒〇〇〇-〇〇〇〇 〇×市△〇町123-4 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	会社員・父 同居
ぐんま はなこ 群馬 花子 昭和37年7月10日 女	男	〒 〇×市△〇町123-4 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	主婦・母 同居
ぐんま かずゆき 群馬 一之 昭和59年9月 3日 女	男	〒〇〇〇-〇〇〇〇 〇×市××町456-2 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	会社員・兄 別居
あさま さくら 浅間 さくら 昭和61年2月28日 女	男	〒〇〇〇-〇〇〇〇 〇×市〇〇町6665-2 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	パート・姉 別居
はるな つきこ 榛名 月子 昭和40年4月30日 女	男	〒〇〇〇-〇〇〇〇 △△市〇〇町555-551 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	会社員・叔母 別居
年 月 日 女	男	〒 (- -)	
年 月 日 女	男	〒 (- -)	
年 月 日 女	男	〒 (- -)	
年 月 日 女	男	〒 (- -)	

2. 私(本人)の日常生活 (つづき)

(3) スケジュール ① 平日のいちにち



〔補足メモ・留意点〕 親がどんな手助けをしているのか。(例えば歯磨きの様子)

自分で出来ること。夜、就寝中のことなど。

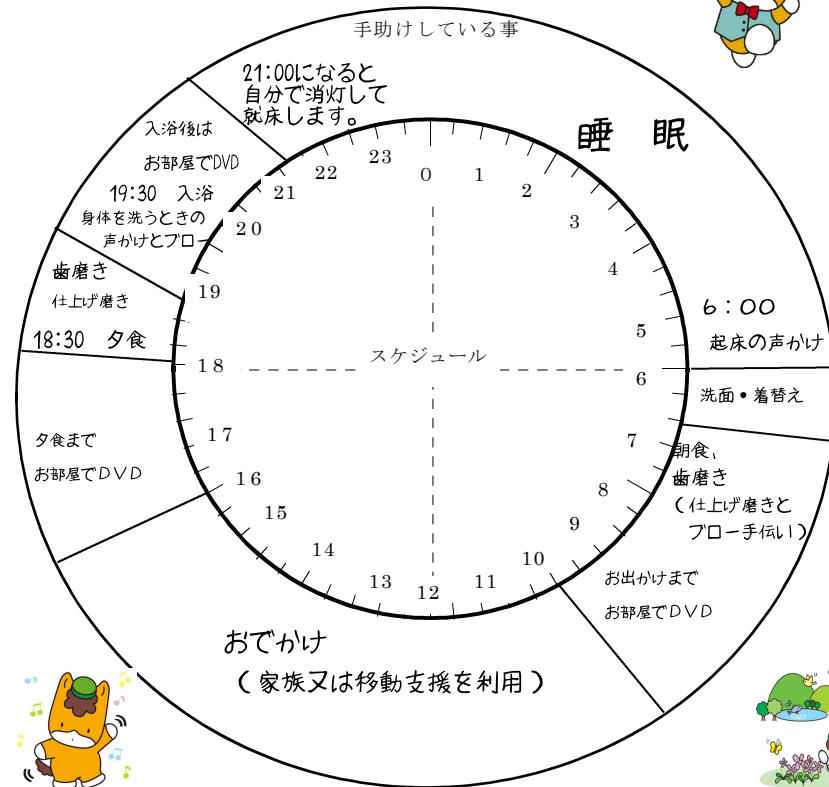
毎日、規則正しく生活をしています。歯磨きの仕上げや、入浴時にきちんと洗っているかの見守りと声かけは必要です。ドライヤーは母が手伝っています。

毎日21:00には就床しますが、すぐには寝入っていない様子ですが、23:00頃までには寝入っている様です。

※P. 22と見開きになるように、ファイルして下さい。

2. 私(本人)の日常生活 (つづき)

(3) スケジュール ② 休日のいちにち



〔補足メモ・留意点〕 余暇についてどんな手助けをしているのか。

自分で出来ること。必ずすること など。

日中のお出かけは、月に2回は移動支援で10:00~16:00ヘルパーさんと出かけています。それ以外の日は、母親と午前中に1時間程度、近所の大きな公園周辺をお散歩し、午後はスーパーで買い物、などをして過ごしています。父親がいるときは家族でドライブなどに出かけることもあります。

※P. 21と見開きになるように、ファイルして下さい。

2. 私(本人)の日常生活(つづき)

(3) スケジュール ③ 生活のサイクル



<週間>

曜日	月	火	水	木	金	土	日
活動	← お仕事 →						
				フラダンス			

1週間サイクルで、配慮していることなど。

月曜～金曜はお仕事をほとんど休まず行きます。土日は月2回移動支援、それ以外は家族と過ごしています。毎週木曜日19:00～20:00 フラダンスサークル「マハロ」の活動参加も楽しみにしています。



<年間>



月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
活動	沼田のおじいちゃん家 お泊り(2泊3日)				利根川祭 (作業所のお祭り)			自治会の納涼祭 (フラダンスのステージ発表)				そり遊び (玉原スキー場)

年間サイクルで配慮していること、好きな余暇、外出場所、支援者のことなど。

上の4つの行事だけは、毎年欠かさず行っていて、それぞれ1か月前には自分の部屋のカレンダーに予定を記入するように求めています。カレンダーに書くと、それ以降は、毎回食事時に最低1回は「〇〇〇〇は〇月〇日です。」と言って確認をします。

4. 健康管理(つづき)



(3) アレルギー(食物、環境、物質など)について (P. 3 参照)

アレルギーの種類	症状	対応・治療法
花粉症(スギ・ヒノキ)	鼻水・目のかゆみ	3～4月アレロック タ1錠服薬 点鼻薬、点眼薬使用
食物(さば・ぶりなど)	疲れているときに食べると 口の周りなどに発疹が出る	ゆっくりと休む、普段から多量には 食べない様にしている

(4) 発作、てんかん、パニック症状など (P. 6, 12 参照)

発作、てんかん等	症状	対応・治療法
てんかん	強直・けいれん 12ページに詳細	12ページに詳細

(5) 定期健康診断

実施病院	実施年月日	検査項目	備考
利根川福祉作業所	平30年6月12日	胸部X線、尿、身長、体重、問診	
利根川福祉作業所	平30年11月21日	歯科	
	平 年 月 日		

補足欄 (診断項目に入れて欲しいこと など)

作業所の嘱託医のところなどで、血液検査などもしてほしい

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える



(1)私(本人)のライフプランN0.1 (現在～10年後～親なき後)

福祉サービス・社会資源	現在の状況	10年後～親なき後 (親が関われなくなった場合も)
1. 住まい (自宅、グループホーム、ひとり暮らし、入所など)	自宅で本人と父母の3人暮らし	兄と姉はそれぞれ独立して家庭があるので、グループホームでの暮らしが出来るとうい 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
2. 働く・通う・学ぶ (学校、日中活動、就労、送迎など)	利根川福祉作業所	出来る限り、今の作業所を続けてほしい。グループホームから今の作業所に通えればベスト 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
3. 社会参加・余暇 (休日、放課後、生涯学習本人活動など、暮らしを彩るものは?)	週に1回フラダンスサークル 土か日に、月2回移動支援 他の日は家族とお出かけ(月に5～6回)	フラダンスは続けたい 移動支援は、毎週1回は利用させたい 家族とのお出かけは月1回ぐらいは出来れば良い 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
4. 生活支援 (家事援助、身体介護など)	ほとんど自立しているが、細かいところで確認や仕上げのお手伝いが必要	出来るところは今後も自分で行いながら、家族以外に定期的に見守ってもらえるような支援が必要 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
5. 所得保障 (年金、手当、賃金など)	障害年金2級 作業所工賃	障害年金 作業所工賃 (いずれも、もう少し増えていけば安心) 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)



(1)私(本人)のライフプランN0.2 (現在～10年後～親なき後)

福祉サービス・社会資源	現在の状況	10年後～親なき後
6. 医療・健康管理 (専門医療、かかりつけ医、健康診断など) 入院時の対応 (連絡先、付き添う人、費用負担方法など)	・赤城大学附属病院(山田先生) ・作業所の定期検診(内科・歯科) ・最近入院はしていないが、いざというときは父母が対応	・かかりつけ医は継続 ・入院時は兄や姉が対応 費用は本人の年金や生活サポート給付金などで対応 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
7. 権利擁護 (成年後見、日常生活自立支援事業など)	・現在は父母が対応	成年後見制度や、日常生活自立支援事業などを使えるようにしておきたい 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
8. 相談支援 (窓口、相談者)	たにがわ相談支援事業所 担当 山川ひかるさん	たにがわ相談支援事業所とグループホーム 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
9. 緊急時・非常時の生活のこと (レスパイト、短期入所等) (将来の準備、体験ホーム) 人工呼吸器など 緊急時の判断者 (上位3人) (41頁参照)	サービスステーションや、入所施設の短期入所なども体験中 緊急時の判断は (父)、(母)、(姉)	グループホームで対応してほしい 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
10. その他 (本人の大事なもの)		希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(2) 日常生活費(生計)のこと

(親なき後の収入、支出を想定し、できる範囲で記入してみましょう！)

概数でかまいません。)

① 収入

科目	金額(年額または月額)円	備考
障害基礎年金	障害年金2級 月額 約65,000円	
その他年金・手当て	なし	心身障害者扶養共済制度に加入しておけば、親の死後に月額2万円支給されるというので検討中。
工賃・給料収入	作業所工賃 月額 約9,000円	
雑収入 (医療助成、補助など)	なし	
不動産収入	なし	
	なし	GHに入ったら、親が元気な間は月に2~3万円を援助の予定
その他	なし	「生命保険信託」などで、親の死後に毎月数万円を受け取れるらしいので、これも検討中。
収入合計	月額 約74,000円	共済や信託を利用して、月額10万円程度の収入を確保したい。



5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(2) 日常生活費(生計)のこと

② 支出

科目	金額(年額または月額)円	備考(使い方など)
食費・光熱費・日用雑費	自宅 月額 2~3万円程度 近隣のグループホーム 月額 約63,000円 他	家賃補助が認定されると、左記より1万円減額されるらしい
衣服費、こづかい、余暇	こづかい 月額 約10,000円 衣類等 月額 約5,000円	
医療費	定期通院費 月額 約2,500円	
交通費・駐車料金	移動支援の際 福祉有償運送やバス代等 月額 約3,000円	
福祉サービス利用料	作業所の昼食代、旅行積立等 月額 13,000円	
税金、保険料	国保保険料 年額 約20,000円 (月額 約1700円)	
会費・賛助会費・協力金など	フラサークル 月額 1,000円	
その他雑支出		
支出合計	自宅なら 月額 約5~6万円 GHなら 月額 約10万円ぐらい	GHだと毎月2~3万円程度不足予定



5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える

① 成年後見人をお願いしたい人

(程度による類型:

後見 保佐、補助)

後見: 日常の買物にもかなりの支援が必要
保佐: 重要な財産行為には支援が必要
補助: ほぼ出来るが危惧があり、本人の利益のために支援が必要

* 親や本人の思いを託せる人を、経済的な面と生活支援面に分けて考えてみましょう。

* 現在、親が成年後見人となっている時は、後継の人(託したい人)を書く。

* 親が探せないときは、裁判所が見つけてくれます。



団体名・役職 ふりがな 氏 名	住 所 (電 話)	本人との 関係	現状
ぐんま たろう 群馬 太郎	19ページに記載 (- -)	父	* 了解を受けている * お話はしてある * まだ話はしていない
はるな つきこ 榛名 月子	19ページに記載 (- -)	叔母	* 了解を受けている * お話はしてある * まだ話はしていない
ぐんま かずゆき 群馬 一之	19ページに記載 (- -)	兄	* 了解を受けている * お話はしてある * まだ話はしていない

② 親(保護者)が、任意後見契約を結んでいる場合

(氏名) (公正証書契約番号)

(住所) 電話)

③ 私(本人)が願うこと (こんな暮らしがしたい!)

通常の生活時には問題無いが、パニック時には他人を受け付けなくなるので、静かな環境の中で、ゆっくりと時間をかけて優しく見守ってもらい、落ち着いてきてから徐々に話しかけてほしい。そんな配慮が、しっかりと出来る人たちに支援してほしい。
また、作業所以外の人たちとも友達がつくれれば良いなと思っている。
フラダンスサークルの活動には、ずっと続けて参加したい。

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える



④ 兄弟姉妹からのメッセージ

いつも優しい言葉をかけてくれ、温かい目で見守ってくれてありがとう。

ももちゃんが、いつまでも笑顔でいられるよう、
お兄ちゃんとお姉ちゃんに協力して、
出来ることは何でもしてあげられるように、心がけます。

⑤ 親の思い

お父さんから

いつまでも3人で暮らしたいけれど、いつかはそれができなくなる日が来ます。

ももちゃんの暮らし方が、今までと大きく変わってしまわないようにするためにも、利根川作業所が運営している、グループホームに入れると良いなと思っています。

お母さんから

時々、利根川作業所のグループホームや、その他のグループホームへ見学に行き、ももちゃんの安心できる暮らし方について考えています。

できれば、仲の良いみかちゃんたちと、一緒に暮らせれば良いな~と思っています。

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える

⑥ 親の死亡時のこと

親の葬儀、墓、供養など



父： 父母とも

お寺は市内の〇〇寺で、群馬家のお墓に入れてください。

××葬儀社の社長が友人で、会員登録もしてあるので連絡して

母： 下さい。供養は〇〇寺のご住職にお願いして下さい。

あまり、お金をかけずにお願いします。

親の訃報の連絡先（主たる連絡先）

ふりがな 氏 名	住 所 (電 話)	親の関係	備 考
すその ひろこ 裾野 広子	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	父の姉	
ぐんま じろう 群馬 次郎	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	父の弟	
はるな つきこ 榛名 月子	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	母の妹	
あかぎ ゆきひこ 赤城 雪彦	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	母の弟	
	(- -)		

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える

⑦ 親の遺産分与の考え方

(分与の考え方、公正証書による遺言書の有無、
誰が承知しているか、
他の所へ書き記したものを保管している、など)



父の場合

公正証書による遺言書 公証役場

母の場合

父と同じ

兄弟姉妹の場合

特になし

⑧ 人生の最期が近づいたときの延命治療について

(項目⑧、⑨については、公益社団法人前橋市医師会発行の「私の人生ノート」の14頁～19頁より引用させていただきました。)

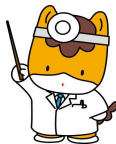
延命治療とは、生命の延長を図る事を目的として、心臓マッサージや人工呼吸器、人工透析などの処置を行うことです。人工的な水分・栄養補給も含まれます。

延命治療を行う状況では、本人は意識がないことがほとんどで、自分でどうするかを決めることができません。

そこで、自分はどうしたいかをあらかじめ考えておくことが大切です。

(※選択肢は次ページにあります。)

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)



⑧人生の最期が近づいたときの延命治療について(つづき)

延命治療についての判断者

1番(氏名: 群馬 太郎	関係: 父	)
2番(氏名: 群馬 花子	関係: 母	)
3番(氏名: 浅間 さくら	関係: 姉	)

延命治療について

- ☐積極的な延命治療を希望したい。
- ☒延命治療の方法を選んで希望したい。
- (次に希望する治療の方法を選んでご記入ください。)
- ☐延命治療は希望しないが、できるかぎり苦痛をとってもらいたい。
- ☐自然の流れを大切に何もしないほしい。
- ☒今はまだわからない。
- ☐その他

「延命治療の方法を選んで希望したい人」は下記にもご記入ください。

- ☐点滴
- ☐中心静脈栄養法
- ☐鼻や口から入れる胃へのチューブ
- ☐胃ろう
- ☐心臓マッサージなどの心肺蘇生術
- ☐人工呼吸器による呼吸の補助(気管内挿管等)
- ☐人工透析治療
- ☐人工的な栄養・水分補給は行わない(自然にゆだねる)
- ☐輸血
- ☐血圧を上げたり心臓を動かす薬の使用
- ☒今はまだわからない。
- ☐その他

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3)親なき後を考える

⑩ 私(本人)が死亡したら…(葬儀、墓、供養、財産など)



葬儀

父母と同じ、××葬儀社で、家族葬でお願いします。

墓

同じく父母と同じ市内の〇〇寺で、群馬家のお墓に入れてください。

供養

〇〇寺のご住職に、父母のことも含めてお願いしてあります。

財産

〇〇銀行の預金と多少の現金ぐらいだと思います。法定相続でOKです。

その他

6、手帳、保険証、預金通帳など重要書類の保管場所一覧表

(必要と思われる保管場所を記載しましょう)



手帳名、書類名など	保管場所 ・ 特記事項	ノートの記載ページ
療育手帳	ポーチA	P. 26
身体障害者手帳		P. 26
精神障害者手帳		P. 26
母子手帳	ファイル①	—
障害福祉サービス受給者証 地域生活支援給付受給者証	ファイル①	P. 26
成年後見人契約書 成年後見監督人契約	ファイル①	P. 27, 37
国民年金 障害基礎年金証	ファイル①	P. 27
健康保険証	ポーチA (福祉医療費受給資格証も)	P. 28
病院の診察券	ポーチA(お薬手帳も)	P. 29
薬	携帯用はポーチA、家庭保管はリビングの TVボード右下の引き出し	P. 29
通帳	ファイル①	—
◎重要書類は、ポケット式ファイル①に一括保管		
◎あんしんノートも、ファイル①と同じ場所に保管		
◎受診時に必要な物は、まとめてポーチAに一括保管		