

# サポートだより NO. 10

平成30年9月改訂（平成24年2月発行）  
大阪府障がい者自立相談支援センター  
（知的障がい者支援課）

## 特集 グループホームを知っていますか？

グループホームは 「家から離れて自立したい」という

障がいのある人たちの 願いからできました。

グループホームは、施設ではありません。利用している人たちの家です。

昼間は事業所や仕事に 出かけています。

グループホームでは 4～5人の 障がいがある人たちが、

地域の家やマンション・アパートなどで、世話人の支援を受けながら

いっしょに暮らしています。

大阪府内でも、たくさんの方がグループホームで暮らしています。



# グループホームでの <sup>いちにち</sup>ある一日

こぜん  
午前

6:30

<sup>あさ</sup>朝、おきます

<sup>せわにん</sup>世話人さんが<sup>き</sup>来ます。

<sup>せわにん</sup>世話人さんに、<sup>あさ</sup>朝ごはんとお昼の<sup>ひる</sup>お弁当<sup>べんとう</sup>を作<sup>つく</sup>ってもらいます。

7:30

みんなで、<sup>あさ</sup>朝ごはん。

8:00

グループホームを<sup>しごと</sup>でます。仕事<sup>しごと</sup>をしている工場<sup>こうじょう</sup>にいきます。

9:00

工場<sup>こうじょう</sup>で、仕事<sup>しごと</sup>をします。

ごご  
午後

5:00

仕事<sup>しごと</sup>が<sup>お</sup>終わったので、グループホームに<sup>かえ</sup>帰ります。

<sup>せわにん</sup>世話人さんが<sup>つく</sup>作っている料理<sup>りょうり</sup>や配膳<sup>はいぜん</sup>の手伝い<sup>てつだ</sup>をします。

6:00

みんなで、<sup>せんたくもの</sup>洗濯物<sup>せんたくもの</sup>をたたみます。

6:30

みんなで、いっしょに<sup>ゆう</sup>夕ごはん。

7:00

みんなで、<sup>しょっき</sup>食器<sup>しょっき</sup>のあとかたづけ。

7:30

じゅんばんに、お風呂<sup>ふろ</sup>に入<sup>はい</sup>ります。

<sup>せわにん</sup>世話人さんが<sup>かえ</sup>帰ります。

お風呂<sup>ふろ</sup>のあとは、お話し<sup>はなし</sup>したり、自分<sup>じぶん</sup>の部屋<sup>へや</sup>でテレビを<sup>み</sup>みます。

9:00

みんなで<sup>と</sup>戸じまり<sup>と</sup>をして、火<sup>ひ</sup>が<sup>き</sup>消えているか<sup>し</sup>チェック<sup>し</sup>します。

<sup>せわにん</sup>世話人さんが<sup>かえ</sup>帰<sup>かえ</sup>ってからも、<sup>こま</sup>困<sup>こま</sup>ったことがあれば、<sup>し</sup>知らせ<sup>し</sup>る  
ことができます。

## 《 グループホームの感想 <sup>かんそう</sup> 》

はじめて  
<sup>じぶん</sup>自分の<sup>へや</sup>が  
できて  
うれしい。



<sup>せわにん</sup>世話人さんの  
<sup>りょうり</sup>料理が  
だいすき！



<sup>しょうらい</sup>将来<sup>ひとり</sup>は一人で  
暮<sup>く</sup>らしたいな。  
けっこんも  
したい。



けんかも <sup>する</sup>するけど、  
<sup>はな</sup>はな<sup>あ</sup>あ  
話し<sup>あ</sup>合いもするよ。



いろいろあるけど  
<sup>せいかつ</sup>みんなの生活<sup>せいかつ</sup>は  
たのしいわ。



Q1

どんな人が利用できますか？

A1 利用できるのは 障がいがあり、支援を受けながら共同生活を  
送ることができる人です。

グループホームを利用したい方は、お住まいの市役所か

町村役場の知的障がいの担当窓口にご相談してください。

※グループホームを利用する前に、見学や体験利用もできます。

※障がいの重い人でも、利用する人が増えています。

Q2

お金は、いくらぐらいかかりますか？

A2 生活に必要なお金は 自分たちではらいます（家賃、食事代、電気代、

水道代など）。毎月、約5～9万円かかります（場所や家賃、個人の収入

などによって、異なります）。

Q3

休みの日はどんなふうに過ごしていますか？

A3 ガイドヘルパーさんや友人と出かけたり、みんなとのんびり過ごしたり

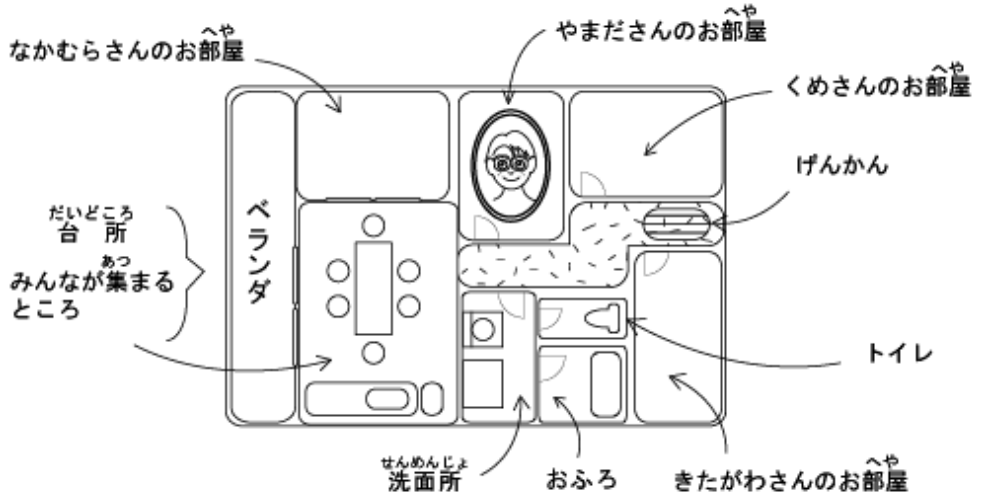
します。家に帰る人もいます。

# しょうかい グループホームの紹介



**やまださん (37才)**

ゆっくりだけど がんばりやさん。  
 じょうしよ かい しょ にかよ じょうしよ  
**事業所**に通っています。  
 いま しょうしよく かい  
 就職をめざして、スーパー  
 で じっしゅう  
 実習しています。





**きたがわさん (32才)**

やさしくて おだやか。  
 こうじょう  
 クリーニング工場で  
 はたらいています。




**なかむらさん (28才)**

いつも げんきで  
 あいさつが とくい。  
 じょうしよ かい  
**事業所**に行っています。



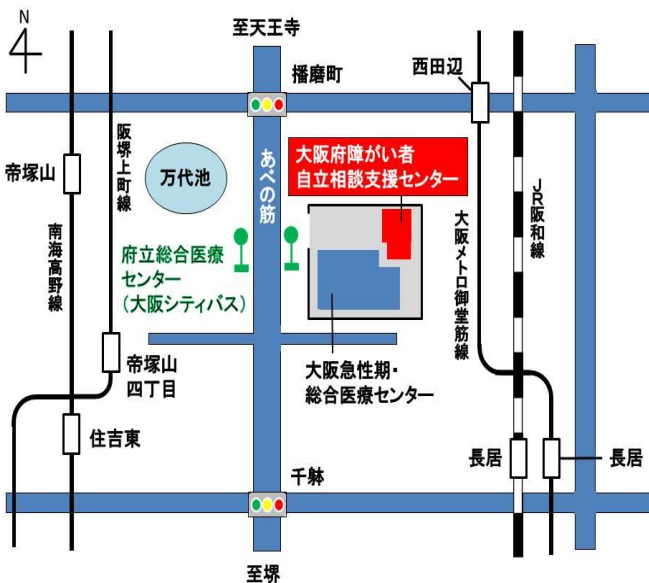
**くめさん (45才)**

しゅう かい  
 週3回、アルバイトを  
 してしています。仕事は  
 とても ていねいです。



せわにん  
 世話人の さわいさん

こまやかな ところまで  
 よく きがつけます。  
 ちかくから かい  
 通っています。



おおさかふしよ しょう かい しょう かい  
**大阪府 障がい者自立相談支援センター**  
 ちてきしょう しょう かい  
**(知的障がい者支援課)**  
 おおさかしすみよくだいりょう ちようめ  
 〒558-0001 大阪市住吉区大領3丁目2-36  
 しょう かい しょう かい  
**障がい者医療・リハビリテーションセンター内**  
 TEL 06-6692-5263 (Fax 06-6692-3981)  
 うけつけじかん せいじん じ せいじん  
**受付時間** 午前9時から午後5時45分まで  
 どにちしゆくじつねんまつねんし  
 (土日祝日年末年始をのぞく)

**こうつうきかん  
交通機関**

- ① 大阪シティバス「府立総合医療センター」下車すぐ  
はんかうえまちせん てつかやまのちようめ げしやとほやくぶん
- ② 阪堺上町線「帝塚山四丁目」下車徒歩約10分  
なんかいこうやせん てつかやま げしやとほやくぶん
- ③ 南海高野線「帝塚山」下車 徒歩約15分  
はんわせん ながい げしやとほやくぶん
- ④ JR阪和線「長居」下車 徒歩約20分  
はんわせん ながい げしやとほやくぶん
- ⑤ 大阪メトロ御堂筋線「長居」下車 徒歩約25分  
おおさか みどうすじせん ながい げしやとほやくぶん