



介護サービス包括型
グループホーム
地域生活体験室

遊牧舎

グループホーム活用型
ショートステイ事業
(東京都委託)

精神障害者
自立生活体験事業
(江戸川区委託)

自分らしい生き方を
いっしょに考えます



おいしいものから広がった世界

Aさんは遊牧舎を卒業後、アパートで一人暮らしを始めて数年が経ちます。近隣住民との関係性により、自宅で過ごす事に息苦しさを感じ、精神症状が悪化。その影響で外出への不安感から、通院や買い物も移動支援を利用してあります。少しでも安心して過ごせる時間を確保するため、休息目的で体験室の利用がスタートしました。体験外泊で、隣人を気にせず、安心して過ごす事ができ少しずつ笑顔が増え、外泊中は一人での買い物ができるようになりました。

しかし、買い物以外の外出がほとんどなく、食量や食事内容にも偏りがあったため、休息目的だけの利用では健康面に悪影響が出てしまうのではないかとの懸念から、Aさんの興味関心を引き出して、もっと外の活動につなげていきたいと感じるようになりました。関係性を作るためには自分の事も正直に伝えていこうと考え、好きな事や苦手な事、体型や運動不足で悩んでいる事も開示していくことにし、その結果、少しずつAさん自身の悩みや地元のおいしいお店の話などを聞かせるようになりました。まずはAさんの「美味しいもの」という興味関心に着目し、おすすめのワッフルとタピオカのお店へAさんを案内したところ、とても喜んでくれ、他のお店にも興味を持って外出自体を楽しめるようになっていくように感じました。

また、健康促進のために職員とストレッチやラジオ体操を行うことも受け入れてくれ、今では習慣化され取り組んでいます。こうした取り組みを続けていったことで、Aさんの中でも不安が軽減され、自信を持つきっかけになったようです。昨年の地域イベント「ひらこ大好き!フェスタ」では、お祭りを一緒に盛り上げてほしいとお願いをしたところ「皆さんのお役に立てるなら」との二つ返事。外出に消極的だったAさんが、笑顔で楽しそうに参加している姿が印象的でした。今後も健康的で楽しい地域生活を送っていただけるようにサポートしていきたいと思っています。