

自立生活援助事業所

ひだまり



Q. 自立生活援助って、どんなサービスなの？

A. サービス内容は以下になります！

- ・ 定期的な自宅訪問や買い物等への同行を行います。
- ・ 相談支援専門員と連携して、相談に応じます。通院する医療機関や関係機関と連携・情報共有し、課題を解決できるように一緒に考えます。
- ・ 困ったことがあれば、随時、電話やメールでの相談に対応します。



例えば…

今までにこのような相談がありました！

●体調がすぐれない。

→必要に応じて様子を伺いに行きます。
訪問の予定がない日でも電話等で症状を教えてください。



●部屋の片づけ方がわからない。

→どのようにしたら片付くか一緒に考えましょう。相談員が試してよかった収納方法をアドバイスします！



●お金のやりくりが難しい。

→生活費や光熱費、それぞれ一緒に見直してみましよう！1か月でどれだけのお金が必要か一緒に考えてみましよう！



他にも…

長く入院・入所されていた方からは
このような相談もありました！

- 一人で生活できるだろうか。不安です…。

→不安に思っていることを教えてください。1つずつ不安を整理していきましょう！必要に応じて、他の事業所への相談や連携を行います。



- わからない書類が届いた、どうしたらいい？

→ともに書類を確認しながら記入したり、必要に応じて提出や手続きに同行します。



- 買い物に行きたいけど、1人で行くのが不安だ。

→食料品、日用品等様々な買い物に同行します。買い物を楽しみながら、安い商品や便利グッズなどアドバイスします。



- 洗濯や掃除の仕方がわからない。

→洗濯機の操作方法や掃除手順等実際に一緒にしながら洗濯・掃除をしてみましょう！1人でできるようサポートします！



- 薬を飲み忘れたくないから、手伝ってほしい。

→服薬の管理方法を一緒に考えます。それぞれに合った方法を見つけましょう！



対象者

- ・ 障害者支援施設や病院から退院・退所し、地域での一人暮らしをこれから始めようとする障害をお持ちの方で、生活に不安のある方。
- ・ 現在一人暮らしをしているが、生活をしていく中で困ったことがあったり、不安や悩みがある方。
- ・ 一緒に暮らす家族が高齢、障害、疾病等で家族による支援が見込めず、実質的にひとり暮らしと同様の状況であり、手伝いが必要な方。

利用方法

障害福祉サービス受給者証の取得が必要です。

サービス提供時間

日～土曜日 8:30～17:30（年末年始を除く）

相談方法

- ・ 電話相談
- ・ 来所相談
- ・ 訪問
- ・ 同行

利用期間

原則1年間（必要に応じて延長利用も可能）

利用料

無料（買い物や交通費は自費です）

自立生活援助事業所 ひだまり

〒891-0111

鹿児島市小原町8-1

TEL:099-260-5865 FAX:099-260-5844

