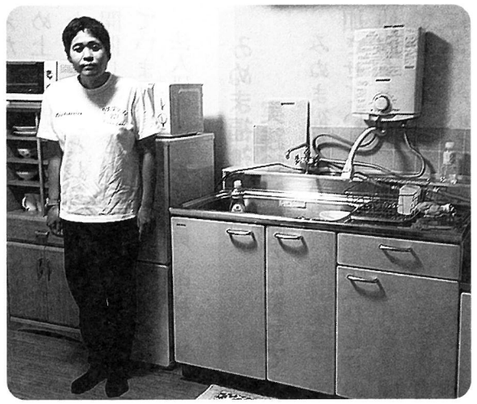
おひさま通信

単身生活の夢に向かって

＊サンライズ（グループホーム）

齊藤八千代さんの支援経過



齊藤 八千代 さん　35歳

児童養護施設で育つ。平成13年春日部養護学校高等部卒業後、生活ホームサンライズ（現・ケアホームサンライズ）へ入居。株式会社ユニクロの契約社員として就労中。

サンライズ入居当時の様子

サンライズ入居当初より、本人は「サンライズを出て一人で暮らしたい」「何でも自分で出来るから支援はいらない」という意思を強く持っていました。しかし、当時は、就労先での人間関係のトラブルやサンライズ支援者に対する反感や暴言がありました。

支援者は本人が嬉しい時や困った時にどのような人間関係が大切なのかをイメージできることが必要だと思っていましたが、反発する毎日が続いていました。支援者は、本人と思いや目標を共有することが出来ず日々葛藤を抱えていた中、本人の希望により単身生活の練習を目的にした取り組み（本人が一人で買い物、調理等を行う）を行ってきました。

しかし、本人の理解は難しく、「自分一人で出来るのに」「どうして一人で暮らしてはいけないのか」「こんなところ早く出ていきたい」と主張しており、本人は自分でできるという生活スキルを単身生活への課題にしていたのだと思います。

サテライト活用への動き

サテライト型グループホームの体制が整備されたことを機に、今までの単身生活の練習の取り組みを順序立てて本人と確認をした上で、サンライズの助けを得ながら単身生活ができる方法（サテライト型グループホーム）があることを説明しました。

本人は、始めは「一人で出来るから大丈夫」「サテライトは自分には必要ない」と、拒否をしていましたが、毎日の夕飯や、ゴミ捨てをはじめ、自宅に勧誘や訪問がある時等、わからないことはどうしていくのか本人に尋ねました。しばらく悩んだあとに「その時は、サンライズの職員に助けてほしい」と答えました。単身生活の心配事をはじめて支援者と共有できたことで、サンライズの支援者の助けがある方が安心できるという思いを持ったのだと考えます。この辺りから本人の思いの変化が見られました。

そしてサテライトを活用しながら、より具体的に単身生活の練習をしていくことを提案し、後日、一緒に物件の見学に行きました。本人からは「サンライズも近いし、安心です」「サテライトで一人暮らしの練習をはじめたいです」と話があり、サテライト開始に向けて一緒に準備をしていくことを確認しました。

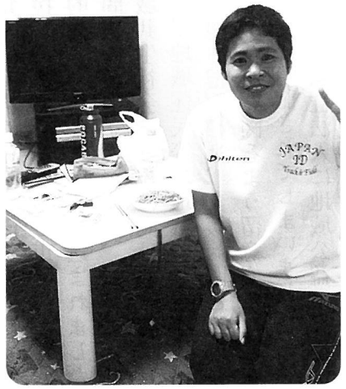
その後、本人に引越しに向けて購入が必要な物品のリストを作成してもらい、購入方法ならびに購入時期を決定しました。また、現在の生活の流れと、サテライトに引越しをした場合、何がどのように変化していくのかを確認しました。

特に食事については〝サンライズで食べる〟〝自分で作る〟〝買ってくる〟と選択肢が3つあることを説明し、仕事がある日・休日に分けて朝昼夕の食事方法を決定しました。その他、様々な箇所の掃除やお小遣いの確認、食事作りの材料購入等、サテライトでの暮らしで必要になることを整理し、週間予定の中に組み込むことで、本人が理解しやすい形にしました。

サテライトでの生活の開始

2016年サテライトへ引っ越しました。最初は、週に一度、〝自分で生活をする〟ということを知ってもらうために定期的な面談と生活費の確認を行いました。本人は、「生活をすることは本当に大変です」と話し、洗濯、掃除、買い物、調理等をすべて自分で行うことの大変さを知っていきました。

一方で、困った時や悩んだ時に支援者に素直に相談することが出来ず苦しんでいました。そのため、困った時は力になることを改めて繰り返し伝え、必要に応じて同行支援を行う中で、〝困った時は一緒に〟という



ことを大切にしてきました。その結果、本人は、一人ではできないこと、分からないことを支援者に頼り、相談できる力を獲得していきました。

本人は、「昔、仲間が私に洗濯や掃除の仕方を教えてくれたことに感謝している」「みんな生活を頑張っているし、仲間も職員さんも私を応援してくれるから、サテライトは大変だけど頑張れる」と周りの仲間や支援者に対する気持ちを伝えてくれるようになりました。それから約1年半、継続した取り組みを通じて、入所当初の「自分で何でも出来るから支援はいらない」という本人の思いは徐々にそして確実に変化していきました。

本人の変化

今、本人は「昔、私が熱を出した時に職員さんがおかゆを作ってくれたことがあった。あの時は分からなかったけど、今はあの時の職員さんの気持ちがわかるようになりました」「職員さんは毎日美味しいご飯を作って待っていてくれたけど、ちゃんとお礼を言えていなかった」「一緒に暮らしていた仲間は元気かな」と話しています。実際の生活経験で大変さや苦しさを知り、人に頼り相談できる力を身につけ、人に感謝するという気持ちを学んでいきました。今、支援者がサテライトを訪問すると「いつもありがとうございます」「相談に乗ってもらえて助かっています」「この前は遅い時間に電話してすみませんでした」と、声をかけてくれます。

支援者が本人に対して、人の気持ちを考えられる人になってほしいと願い、意図をもって（楽しいことも苦しいことも本人と一緒に共有していくこと。本人にとって大切な存在、人間関係を作っていくこと）共に生活をしてきた中で、思いやりがあるあたたかい人へと変化していったのだと思います。

そして、この取り組みは、入居当初の本人の思いを変化させながら膨らませ、新たな意思（ねがい）を生み出しています。現在は、みぬまコンサートやサンライズの行事に顔を出してくれています。「たまにサンライズに帰りたくなるんです。仲間の顔を見たいから」「でも生まれ育った春日部で暮らしたいです」と話していました。こうしたことから、本人にとってのサンライズの存在は、今では確実に大きな支えとなり〝自分が帰る場所・実家のような存在〟として位置づいてきたのだろうと考えます。

サテライトは集団を出て一人で暮らす訳ですが、皆が応援してくれているという思いが、本人の心の支えとなり本人を励まし、意思の持続に繋がっています。そこには、個と集団性のつながりが存在していると考えます。本人（個）だけでなく、仲間職員（集団）の繋がりがあり、本人は社会的な集団の中で、自分や他の誰かの為に努力することや、他者を尊重することや認め合うこと等の社会性を積み重ね、学んだのだと思います。

来年度の予定

来年度からは、春日部での単身生活に移行が出来るように本人との話し合いと支援者間の引継ぎをすすめており、今年3月末でサンライズ退所となる予定であります。新たな場所で、自分が思い描く暮らしを、自分の夢を叶えてほしいとみんなが願っています。〝いつでも帰って来てね〟と、本人の新たな門出を笑顔で送り出したいと思っています。

制度の観点から

本人はサンライズ入居時から「サンライズを出て一人で暮らしたい」と主張していたのですが、入居してから十数年の間、実現に向けての支援の組み立てが難しい状況にありました。しかし、平成26年4月、障害者総合支援法における改正内容により、サテライト型住居が施行されたことをきっかけにして、本人と支援者が支援方針を徐々にすり合わせ、本人に適した支援を動かしていくことができました。

今後、仲間それぞれの自立（自分で立つ、自分らしく立つ、自分たちで立つ）に向けて必要な支援を行っていくために、制度の改善をすすめていくことが必要です。〝社会保障と人権が守られること〟や〝障害がある人の豊かな暮らし〟の実現を目指し、私たちは日々の実践を発信し続けなければならないと思います。

ケアホームサンライズ
サービス管理責任者　原嶋　和人

※サテライト…単身生活をめざす仲間がGHの職員の支援をうけながら暮らすこと