障がい者の自立生活支援

障がい者の自立生活の支援は、障害のある本人の自己選択、自己決定、自己責任を最大限に尊重し、どこに住み、如何に暮らすか、そのために必要な支援プログラムを、自立生活を実践している障がい者（ロールモデル）が中心となり行なっていきます。障がいを理由にうけた心の傷をどうやって癒し力に変えていくか、できなかった体験や失敗から学ぶ経験値を如何に取り戻すか、自分の責任で介助をしてもらう方法や介助者をどう育成していくか、自己主張や制度利用の方法など、本人が人生の主体者である為の一生涯のサポートです。

出会い・会話・相談・ピアカウンセリング

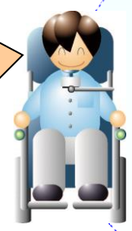
いろんな暮らしをしている仲間に会います
本当の気持ちを言えるよう本人だけと話をします
自分の問題と本気で向き合えるように介入します
本人がどうしたいのかそれを信じて寄り添います

私たちは、同じ障害のある背景をもった仲間として話を聴き、本人が自分の意思で地域に住み、必要なサービスを利用し、自分らしく安定した暮らしを築いていけるよう支援をしています！

社会生活力を高めるためのプログラム（ILP）

やりたい事を一緒にやってみよう♪
地域に出て暮らすための計画づくりをしてみよう
金銭管理！生活設計！将来目標！夢を広げよう！
制度を知り自分のサービス利用計画を作ろう
介助者を利用してみよう！
外出体験フィールドトリップ．
宿泊体験してみよう！

毎日の生活に絶対必要な介助はフォーマルな安定した保障が必要で、暮らしを広げるためのつながりはインフォーマル資源がとても大切です。

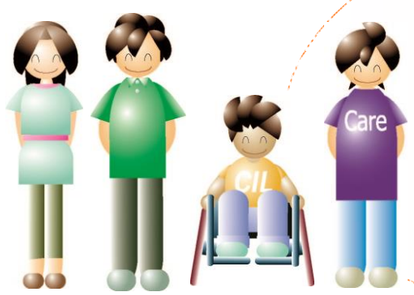


地域資源・社会資源をフル活用して生活UP！

地域資源・社会資源探検！使えるモノを探せ！
自分の権利をつかみとれ！自己主張トレーニング☆
こまめなロールプレイで実践力を身につけよう！
自分の支援について話し合いの場をつくろう
自分の城！不動産めぐりとアパート探しへGO！
暮らしのアイテム購入！生活づくりと行政手続き
健康や生活を守るための方法を身につけろ！

いよいよ冒険の始まりだ！ワクワクするなぁ♪

エンパワメントとセルフマネジメントケアを大切に



私たちは、本人抜きで本人のことを絶対に決められてはいけないと考えます。それは私たちが当事者であり、当事者に関わる仲間だからこそ分かることです。障害者のケアは受身の歴史でした。でも本当は障害者自身の中に、自分のケアを管理調整する力が必ずあります。

本人が長い人生を生きていく側に寄り添い、本人が必要なときにいつでも管理調整の手助けができるよう仲間として支え続けます。それがＣＩＬ青森の支援です。

自立のための体験と支援チーム

障がい者が自立生活までの主な流れの一例

時期	障がい当事者	ロールモデル・支援チーム	自立生活体験室	介助者確保
	相談）一度自由に過ごしてみたいけどそんなことはできるかなぁ？ ※施設入居者の場合コロナ禍は不可	提案）自立生活体験室を紹介 介助者の利用して自由に過ごしてみないかい！見学してみませんか？ 団体内での共有	見学	
約１ヵ月後	宿泊利用 今後定期的に利用したい	リフトカーで送迎 時間確認と介助者手配 自立生活体験室清掃	一泊二日	コーディネーター
翌月	隔週で宿泊利用 ２回目は長めに利用	リフトカーで送迎 時間確認と介助者手配 自立生活体験室清掃 ピアカウンセリング	一泊二日（１回） 三泊四日（１回）	ケアスタッフ
翌月	自立の意向 毎週宿泊体験利用 ・施設へ本人が意向を相談 ・親へ本人が意向を伝える	自立意向の確認 ★準備支援チームの編成 （本人・ILR ピアカウンセラー・介助コーディネーター・相談支援専門員・介護派遣事業所管理者・ケアスタッフ） 個別ＩＬＰ開始（雇用主プログラム他）ピアカウンセリング	二泊三日（４回）	ケアスタッフ
翌月	毎週宿泊体験利用 一週間の宿泊体験 自立の予定を考える 生活用品や家財道具、家電製品等の準備	支援会議（毎週） 24 時間の介護記録 ★一日の一分単位の介護内容作成 個別 ILP 自立前プログラム ピアカウンセリング	二泊三日（３回） 一週間（１回）	ケアスタッフ （ヘルパー同行利用体験・個別カンファレンス開始）
翌月	自立生活体験室へ引越し ※施設入居者の場合コロナ禍はここからスタート！	支援会議（毎週） 個別 ILP 引越しプログラム サービス利用計画案作成 ピアカウンセリング	住所変更 借り暮らし開始 ↓	ケアスタッフ （シフトによるヘルパー派遣準備・求人その他）
翌月	アパート探し開始	支援会議（毎週） 個別 ILP アパート探し サービス利用計画案提出	↓	ケアスタッフ （シフトによるヘルパー派遣準備）
２ヵ月後	賃貸契約→アパートへ引越し 派遣事業所契約	個別 ILP 賃貸契約プログラム サービス利用支給決定	退居	ホームヘルパー利用開始