



今年度のライフキャリア通信では「Q&A～今知りたい『進路』のこと～」と題して、お寄せいただいた事前アンケートの中から進路指導に関する疑問・質問に答えます。第2回のテーマは「たのしむこと(余暇)」です。「たのしむこと(余暇)」が充実することは、「はたらくこと」や「くらすこと」と相互に関係し合って、豊かな生活につながる大切な要素になります。生活介護事業所でも余暇(個人活動)の時間が設定されている場合もあります。それではどうぞ。

Q & A ～今知りたい『進路』のこと～ テーマ「たのしむこと(余暇)」

Q: 1人で楽しむ余暇活動があるといいのにな…と感じています。手足に麻痺があるので絵を描く、本をめくる、といったことは難しいです。そうすると、「テレビを見る」、「YouTubeを見る」が1人で楽しむ余暇活動にないそうです。他にどんな1人で楽しむ余暇活動がありますか?(Uさん)

A: 障害の程度にもよりますし、何より本人の興味関心にもよりますが、絵を描く、本をめくる…ということも自分でできるかもしれません。「絵を描く」については、タブレットを使って絵を描いている卒業生もいます。最近では様々な絵を描くためのアプリがあり、使いやすいものを探してみてもよいかもしれません。また、「本をめくる」については「ComicGlass」(コミックグラス)というiPadなどにインストールしてマンガや書籍を読む際に使用するアプリがあります。「音でページ送りができる」機能がついており、自分の意思で何らかの音を出すことができれば、ページをめくることができます。「ページ戻し」機能もあり、「2音を続けて出す」か「長い音を出す」とページが戻るように設定ができるそうです。

こういう時の考え方の一つですが、「一人でできる余暇活動は何か」という考え方から、まずはやってみたいことや好きなことを前提に「〇〇を一人でやるためにはどうしたらよいか」という考え方にシフトしてみることもおすすめです。調べてみると案外、方法やアイデアが見つかります。

Q: ・自分で移動が難しい場合は、移動支援を使うことがあると思いますが、申請方法など、使い方を教えてください。(Kさん)

A: 静岡市の事例を紹介します。対象者は以下の通りです。※各市町によって対象やサービス内容に多少の違いがあります。

- (1) 身体障害者手帳をお持ちの肢体不自由 1 級(上肢及び下肢のいずれも 1 級)の方
- (2) 療育手帳をお持ちの方、又は療育手帳をお持ちの方と同等と市が認める方
- (3) 精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方

続いてサービス利用までの手順です。※詳細は静岡市等のホームページから閲覧できます。

- ① 相談・申請: まずは区役所や保健所、相談支援事業者に相談。移動支援が必要となった場合、利用申請をスタート。
- ② 調査: 市の調査員が本人や家族と面接。障害の状況や身の回りの環境について調査します。
- ③ 決定・通知: 障害の状況や身の回りの環境などをもとに、利用できる時間数や利用者負担の上限月額を決定。「決定通知書兼利用者証」が交付されます。
- ④ 事業者と契約: 移動支援を提供する事業者を選択して、利用に必要な契約をします。
- ⑤ 移動支援の利用開始: 利用者証を提示して移動支援を利用します。その際、利用者負担額を支払います。(原則、サービス利用料の 1 割負担)

3学期も「Q&A～今知りたい『進路』のこと～」についてテーマを設けて質問・疑問を募集する予定です。昇降口前にポスターとポストを設置しますので、時々、気にして見てみてください。