



自立生活ってどんな暮らし方？



グループホームの体験利用を活用しよう

将来、親元から離れて生活してみたい方、でもいきなりは不安。いろいろ考えるけど、具体的なイメージが浮かばない…

- ・自分に合った暮らし方を見つけたい方
- ・親元から離れて生活してみたい方
- ・一人暮らしをしたいけど、身の回りのことで心配がある方
- ・施設や病院から、地域に戻って生活したい方…

自分がどんな暮らしをしてみたいか、自分にはどんな生活スタイルが合っているか「体験すること」で、より具体的に考えるためにグループホームの体験利用を活用してみませんか？

■グループホーム(共同生活援助)って何？

障がいのある方が、共同生活を送る場所で、入浴、排せつ、食事、掃除等の介護や、その他の日常生活上の必要なサポートを受けられるサービスです。

■グループホーム(共同生活援助)には、世話人さんの日常的な支援があります。

世話人さんとは？

グループホームを利用する方が生活に必要な支援を行ってもらうことができます。

(例)食事の準備、居室の掃除、健康管理、服薬管理など

24 時間在中してくれているところもあれば、時間により配置されているところもあります。

■グループホームには、どんなタイプがあるの？

アパートやマンション、一軒家等、施設によって様々な形態(住環境)があります。

① 一軒家で共同生活するタイプ

一軒家に、自分の部屋を持ち、少人数で他の方と一緒に暮らし、世話人の支援を受けることができます。お風呂やトイレは共有です。

② マンションやアパートで共同生活するタイプ

アパートやマンションの居室を 2～3 人でシェアする形で共同生活を送るグループホームです。各自、自分の部屋を持ち、世話人による支援を受けることができます。お風呂やトイレは共有で、ルームシェアのような形態です。

③ アパートやマンションで自分の居室を持ち、世話人の支援を受けるタイプ

アパートやマンションで一人暮らしのような生活を送りながら、食事や掃除など暮らしに必要な支援を世話人に提供してもらうことができます。自分占有の居室を持ち、一般的な賃貸住宅を借りて生活することに最も近い形態です。

④ アパートやマンションで自分の居室を持ち、ヘルパーの支援を追加で受けて生活するタイプ

③と同じようにマンションやアパートの一室で、世話人からの支援に加え、ヘルパーによる支援を受けて、支援付き一人暮らしのような生活を送ることが出来ます（※障害支援区分4以上の方が対象）

グループホームの体験利用を活用することで、自分にはどんな暮らし方やライフスタイルが合っているか等、将来の暮らし方を具体的にイメージすることが出来るようになります。

体験利用したグループホームに入居することが前提である仕組みではありません。

実際に、グループホーム体験利用を活用してみよう！

■グループホーム体験利用って??

福祉サービスの短期入所のような預かりの宿泊とは違い、グループホームでの生活を通して、実際の暮らしを体験する場です。自分で出来ること、支援が必要な事を体験利用をしながら世話人や担当相談支援専門員と一緒に考えるので、将来の生活について具体的にイメージできます！

■グループホーム体験利用するにはお金が必要ですか？

体験利用の際には、日割り家賃、食費、光熱費、その他、日常生活にかかる雑費が必要です。詳しい費用は、各事業所で異なるため、事前に確認してください。

【必要な費用】

- ① 日割りの家賃 利用するグループホームごとに違います。
- ② 食費 1食あたりの費用×食事回数の費用が必要です。
- ③ 光熱費 利用するグループホームごとに違います。

■グループホーム体験利用するには、何を持っていけばいいですか？

【必要な準備物】

- ① 着替え・下着・パジャマ
 - ② 歯磨きセット
 - ③ 薬(定期薬を服薬している方は忘れずに！)
- ※他は、利用する事業所にご確認ください。



■グループホーム体験利用するには？

・体験利用をするためには、サービス等利用計画を作成し、市から「共同生活援助」の支給決定を受けることが必要です。

○相談員がいる方⇒ 計画相談支援の相談員に相談し、サービス等利用計画を作成してもらってください。

○相談員がいない方⇒浦安市基幹相談支援センターに、まずはご相談ください。

TEL：047-304-8822

・1回の体験期間につき連続30日まで、年間50日まで利用することができますので、自分に合ったペースで、自立生活について考えていくことができます。

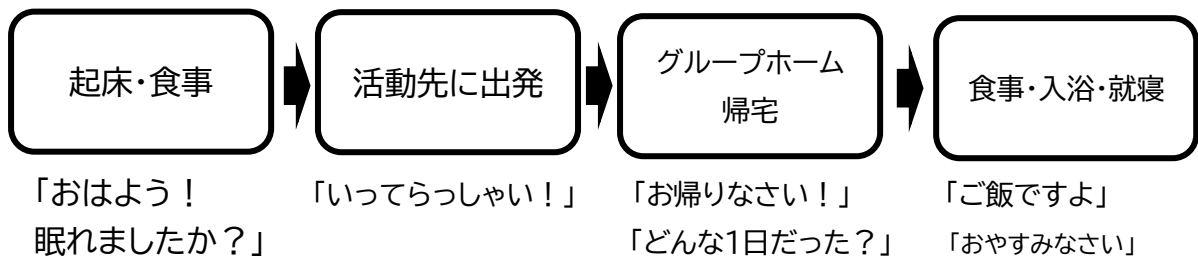
【利用した方の声！】



親元から離れても、支援が受けられることがわかってよかった。
グループホームでの生活していくイメージを持つことが出来た！

隣の人が気になってしまい、共同生活タイプは合わなかった。
一人暮らしタイプの方が、自分には合ってることがわかって良かった。

■グループホーム体験利用したときの1日の生活の流れ(例)



ご自身の生活スタイルに合わせて過ごし方を決めます。

浦安市にあるグループホーム一覧

事業所名	オフタイムハウスあいらんど
所在地	浦安市富士見5-18-13

事業所名	うらら
所在地	浦安市富士見4-8-23 フォレスト舞浜

事業所名	グループホームステラ
所在地	浦安市富士見4-7-30-101

事業所名	グループホームタオ
所在地	浦安市富士見3-10-1 スカイマンション

事業所名	フェロウ
所在地	浦安市富士見3-1-36 アルバ

事業所名	もくせい園(グループホームねこざね)
所在地	浦安市猫実 1-7-7

事業所名	グループホームビートル舞浜
所在地	浦安市富士見 5-1-1

事業所名	ハレレア
所在地	浦安市海楽 1-3-9 To-more

事業所名	プレーメンの家フレンズキッチン
所在地	浦安市今川 3-10-4

事業所名	ホペイロホーム
所在地	浦安市東野 3-7-3-1

事業所名	ふる里学舎浦安
所在地	浦安市東野1-8-3 東野地区複合福祉施設居住棟

皆さんに合った、将来の暮らしを考える第一歩として、
参考にしてもらえると幸いです！

浦安市グループホーム空き情報管理アプリ

浦安市グループホームの空き情報を確認できるアプリです。

下記 QR コードからアプリを開くことができます。

