

ひとり暮らし

はじめの一歩

ひとり暮らしへ
自分もできるのかな？

グループホームやひとり暮らし、
自分にはどういった暮らし方が
良いのかな

2023年度下半期
第8弾!!!!



西区障害者生活体験事業

やってみたいけど不安だな…

宿泊

一人で一晩過ごしてみたい。

一日 体験

泊まるのは不安だけど、
家事等を自分でしてみたい。

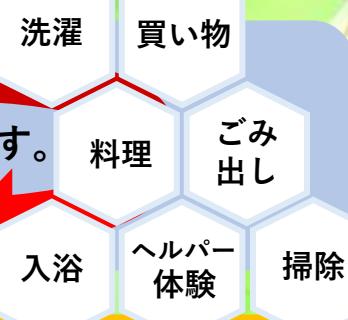
見学

実際に部屋を見て、
イメージを作りたい。



※写真はイメージです

自分自身の力でどれだけ、
ひとり暮らしができそうかお試しできるチャンス！！
ひとりひとりのやってみたいことにおわせて体験できます。
もちろん不安なこと、
わからないことは一緒に考えます！



対象 西区在住で18歳以上の精神障害者

期間 2024年1月16日(火)～2月15日(木)(日祝除く)

利用 事前申込制 ※食事等は自己負担が発生します。

«見学強化日»
1月17日(水)
1月20日(土)

上半期
2023年9月 実施済

お気軽にお問合せ下さい!!

お問い合わせ窓口
生活支援センター西
TEL:045-309-5010
月～土 10時～17時

横浜市西区役所、横浜障がい相談システムねくさす、生活支援センター西の3機関に事務局をおき、西区自立支援協議会の協力を得ながら実施しています。

西区障害者生活体験事業の歩み

3年のとりくみ⇒

見学体験	宿泊体験	ヘルパータイプ
175名	48名	12名

内訳	2020年度		2021年度		2022年度	
	上半期 (8月)	下半期 (1月)	上半期 (9月)	下半期 (2月)	上半期 (9月)	下半期 (1月)
○見学体験	16	46	22	25	26	23
キャンセル	5	3	1	2	5	1
※内 ヘルパー	—	—	(2)	(0)	(1)	(1)
○宿泊体験	3	5	4	8	10	7
キャンセル	2	3	0	3	1	2
※内 ヘルパー	—	—	(2)	(3)	(3)	
○延べ人数	26	57	27	38	42	33

- 「キャンセル」も体験！「キャンセル」からの「見学体験」へ
- 「見学体験」から「宿泊体験」へ体験のステップアップ
- 「宿泊体験」から次期「宿泊体験」へ「体験」の積み上げ
- リピーターが増え、新規利用者への波及効果も

2021年度 居宅介護支援事業所へ委託し、ヘルパータイプスタート
西区内 就労継続支援B型事業所、地域活動支援センターへ清掃業務を委託

2022年度 西区地域自立支援協議会 地域生活拠点部会にて
生活体験事業利用者と関係機関(グループホーム等)の体験談報告会を開催

利用者の声

- ・どうい生活なのか身近にイメージすることができた。
- ・体験を積み重ねてきて自信がついてきた。
- ・体験できる「場」が西区にあることで、
一步踏み出すことができて気持ちに変化が起きた。
- ・家族の立場からも具体的な自立のイメージができた。

支援者の声

- ・日常相談場面での支援メニューの選択肢が広がった。
- ・危機管理についてなど、具体的にご本人が生活の中で大切にしている視点に気づきを得た。
- ・今後を想定した踏み込んだ内容を
親子含めて考えるきっかけ作りとなった。

《参考：関係機関等からの見学・問い合わせ》

区役所
(高齢・障害支援課生活支援課)
基幹相談支援センター
生活支援センター
横浜市健康福祉局

法人型地域活動ホーム
計画相談支援事業所
訪問看護事業所
後見的支援
グループホーム

救護施設
精神科病院
地域活動支援センター
就労継続支援B型
家族会
大学等実習生など