

あなたが希望する  
『くらし』を応援します

下関市自立支援協議会  
地域移行・居住支援部会

# 1. 退院したいと思ったら

退院したいと思っても、不安や心配があると思います。

そんな時は、病院のスタッフに相談してみましょう。

病院のスタッフと地域の支援員が、あなたが希望する暮らしを応援します。

・退院に向けた思いや不安を病院スタッフに相談



退院したい！

本人



病院スタッフ



退院したい気持ちにはありましたが、始めはどうしたら良いか分かりませんでした。勇気を出して病棟のスタッフに相談してみると、分からないことを教えてくれて安心しました。

先輩

## 2. あなたの退院に 寄り添ってくれる人がいます

地域の支援員や病院スタッフが入院中から退院まで、あなたの退院を支援します。退院に向けて、外出や買い物、アパート探しなどを希望する場合は、その具体的な方法を一緒に考えて支援します。

・病院スタッフが地域の事業所に電話



病院スタッフ

〇〇さんの希望する暮らしを一緒に応援してもらえませんか

わかりました



地域の支援員

あなたの想いを聴いて、希望する暮らしを応援します。  
お会いできることを楽しみにしています。

# 3. あなたの希望するくらしを聞きます

地域の支援員が訪問して病院のスタッフと一緒に、あなたの話を聞きます。  
最初は緊張するかもしれませんが、希望や不安を書き出してみましよう。

・地域の支援員が病院を訪問して、退院に関する話を聞く



地域の支援員

希望や不安を聞かせてください



家事が1人でできるかな・・・  
1人ぼっちは不安・・・

アパートで自由に暮らしたい  
好きなお店で外食したい



# 4. あなたを応援するチームをつくります

病院のスタッフと地域の支援員が、一緒になってチームをつくります。  
あなたが希望する暮らしに向けて計画を立てていきましょう。

- ・主治医、病院スタッフ、地域の支援員、家族が協力して退院に向けた話し合いを行う

〇〇さんの希望する暮らしが叶うために協力しましょう



## 今後の計画

月	4月	5月	6月	7月
住む場所	どこに住む？ 近くに何がある？	アパート探し 不動産へ行く	アパートの見学 スーパーで買物	アパートの契約 生活の準備
服薬	3日分から管理	1週間分管理	1ヶ月分管理	全て自分で管理

# 5. 住まいや生活の準備を進めます

あなたを応援する計画を進めていきます。  
病院スタッフや地域の支援員と一緒に地域へ外出します。  
住まい探しや生活の準備を進めていきましょう。

- ・地域の支援員が、退院に向けた準備や必要な手続きをお手伝いする  
(必要に応じて地域移行支援制度を利用) 例：住まい探し、外出支援、  
障害福祉サービスの紹介や申請を支援



最初は不安でしたがアパート探し  
など経験することでイメージが沸  
いてきました。  
前向きに頑張ろうという気持ちに  
なり楽しく準備ができました。



先輩

## 6. いよいよ退院です

退院してからも病院のスタッフと地域の支援員はあなたを応援します。  
困ったことや不安なことがあれば、遠慮なくご相談ください。

- ・退院後も引続き、支援者が協力して地域支援を支える



退院してからの本当のスタートです。  
地域で暮らすことは自由がある分、責任  
もあります。だからこそ自分の人生を実  
感できるのです。  
一緒にがんばりましょう。

先輩