

ワーク1 あって良かった支援等

当事者ヒストリーから、あって良かった支援等をグループワークで抽出。

①医療・薬

- 信頼できる主治医：自分の意見を尊重してくれる。治療方法を教えてくれた。
- 訪問看護：自宅に人が来てくれる。いろいろな情報をくれる。
- その他：自立支援医療、病院相談室、クリニック など

②話を聞いてくれる人・場所

- 友人：病気を理解してくれた。心の支え、なんでも話せる相手。
- 施設の職員の方：第2の父のよう。生活での困りごとを相談できる。

③見守り

- 家族：安心感を与えてくれる。病気のことを勉強してくれた。

④支援・仲介

- 通っている施設：自分の居場所を見つけられた。得意分野を発揮できる。相談できる。自分を客観視できるようになった。
- デイケア：傾聴してくれる。ハードルが低く、安心して相談できた。
- 保健所：家を訪問してくれた。支援機関につなげてくれた。
- コスモスの会：施設見学に同行してくれ、近隣の社会資源を知ることができた。
- その他：炊き出し、生活福祉課、年金事務所 など

⑤休息

- ディズニーランド・シー：ミッキーに会いたい。行くとわくわくする。
- その他：運動、ペット、カフェ、推しの存在、おしゃれ、キャラクターショップなど。

⑥経済・仕事

- 就労継続支援施設：仕事仲間がいて、プライベートでも付き合える。
- その他：アルバイト、年金受給、親の経済援助、寮付きの職場 など。

⑦生活・住まい

- 兄弟：結婚のお祝いをあげたくてがんばることができた。
- 自宅：帰る場所があった。

⑧その他

- 社会資源の資料：保健所に行って、デイケア後に通所する施設の情報を得ることができた。
- 福ナビ、夢、自身の力、勇気のでる言葉、資格の勉強、手帳など。

ワーク2 あったら良いと思う資源等

当事者の経験から、あったら良いと思われる資源等をグループワークで抽出。

①医療・薬

- 24時間・リモート診療：調子が悪い時も医師からの処方を受けたい。
- 無料カウンセリング：より専門的な医療・福祉をつなぐカウンセリング。
- その他、副作用のない薬、病院検索システム、精神科の一般化 など

②話を聞いてくれる人・場所

- 気軽に行けるカフェ：つらいよねを聞いてくれるカフェ、日中の集まり など。
- 居場所：仲間が土日にいる安心感。楽しいことを共有できる。趣味ができる場所。
- 悩みごとの共感の場：仕事や生活の辛さを共感したり、相談できる場がほしい。
- その他：チャット相談、友人、就職先の仲間、彼女、家族の理解 など

③見守り

- 見守りサービス：定着支援が終わると相談しにくい。病気の悪化を気軽に見てほしい。
- その他：困った場合に、地域の中で声掛けできる仕組み など

④支援・仲介

- 学校の先生・SSW：小さい頃に相談できれば良かった。つらい気持の相談相手。
- 支援機関の紹介：本当に調子が悪い時の相談先がわからないため。
- その他：一人暮らし・親亡き後電話相談、出張法律相談、死にたくなった時の相談。

⑤休息

- その他：ジム、ペットにふれあう場所、カフェ、家、オフ会、ファッションショー。

⑥経済・仕事

- 短時間で働ける職場：条件を問わず、その日に行ったら、その日の分の給料がほしい。
- 町会のお祭りなどの仕事の機会：仕事をしたことのない方もチャレンジできる。
- その他：趣味で作成したものの販売の場、失業後情報、大人キッズニアなど。

⑦生活・住まい

- 地元だからわかる情報発信：「このスーパーは安くておいしいよ」など、地元ならではの情報を知りたい。
- その他：町会への参加、地域住民との交流、ペット可の家、家・土地手続きサポート。

⑧その他

- 障害についての学習の場：自身の障害を知り、まわりの人に障害を知ってもらいたい。
- その他：演劇などの発表の場、心理テストの実施、字がきれいに書きたい など。