

グループホーム徹底活用ガイド

はじめて福祉サービスを利用する方・家族のための実践講座

かざみどり相談室 主任相談支援専門員

宮崎充弘

90分講義資料

事例入り



なぜ今、グループホームを考えるのか

グループホームは「最後に行く場所」ではありません。暮らしを整え、本人の人生を続けていくための「途中の選択肢」です。多くの方が「まだ早い」「自立してから」と考えがちですが、実際には支援を受けながら生活を安定させ、本人らしい暮らしを築いていく場所なのです。

今日の講義では、制度の説明だけでなく、実際の事例を交えながら「どんな人が、どんな使い方をしているのか」を具体的にお伝えします。不安や疑問を一つひとつ解消ていきましょう。

本日の講義の目的

- ・ グループホームを具体的な生活イメージでわかる
- ・ よくある不安や誤解を事例で整理します
- ・ 本人と家族が安心して「選び・使う」ための視点を持てるようになる

グループホームの基本と制度

グループホームは、支援を受けながら地域で暮らす住まいです。「身辺自立ができていなければ入れない」という誤解がありますが、実際には生活の不安を減らし、安心して暮らすための制度として設計されています。

支援内容

食事・服薬管理、金銭管理、日常生活の見守りなど、本人の状態に応じた個別支援を提供します

利用対象

障害支援区分が認定されている方。自立度に関わらず利用できます

地域での暮らし

施設ではなく、地域の中で普通の生活を続けることを重視しています

- **重要ポイント:** 自立してから入るのではなく、入ってから整える。「全部できる」より「安心して続けられる」ことを重視します。

自立していないと入れないとと思っていたケース

20代男性のケース

食事や服薬の管理が難しく、家族が全面的に支援していました。「まだ自立していないから無理」と思っていましたが、グループホームを利用し、スタッフの見守りの中で生活が安定しました。

現在は金銭管理の一部を本人が担えるようになり、買い物や趣味の活動も楽しんでいます。家族も「早く相談すればよかった」と話されています。

このケースから学ぶこと

01

完璧な自立は前提ではない

02

環境が整えば、できることが増える

03

家族の負担軽減も重要な視点

04

スタッフとの信頼関係が成長を支える

利用料金の考え方と内訳

グループホームの利用料金は事業所ごとに異なります。必ず内訳を確認し、「何が含まれているか」「何が別料金か」を明確にすることが大切です。想定外の費用が発生しないよう、契約前にしっかり確認しましょう。

主な費用項目

- ・ 家賃(地域によって差があります)
- ・ 食費(1日3食の場合が多い)
- ・ 水光熱費(定額制か実費制か確認)
- ・ 日用品費(消耗品など)
- ・ サービス利用料(原則1割負担)

費用確認のチェックポイント

総額の目安

月額5万円～10万円程度が一般的。地域や支援内容で変動します

別途費用

医療費、嗜好品、外出費などは別途必要になることが多いです

減免制度

所得に応じた負担上限額があります。市区町村に確認を

よくある不安・質問と実際の事例

1

Q: 高齢になり介護が必要になったら?

介護保険や医療と組み合わせることで、住み続けることが可能です。状態に応じて支援を「足す」「変える」ことができます。

2

事例②: 50代でグループホームに入居

60代で身体機能が低下しましたが、訪問介護と介護保険を併用することで、住み慣れた環境で暮らし続けるために、状態変化に応じた柔軟な対応が可能です。

3

Q: 他害行為や行動障害があっても?

一律に「入れない」わけではありません。環境調整と適切な支援方法があれば、落ち着いて生活できるケースも多くあります。

4

事例③: 強いこだわりから他者とトラブルになることがあった方

少人数のグループホームに変更し、環境調整と支援方法を統一したことで、行動が落ち着きました。人ではなく「環境」を見ることが重要です。

- ポイント: 合うホームと合わないホームがあります。「環境」との相性を見極めることが大切です。

見学・体験の重要性と選び方



見学では、雰囲気、スタッフの関わり方、ルールの理由を見ます。パンフレットやウェブサイトだけでは分からない「実際の暮らし」を確認することが最も重要です。

事例④: 2か所のグループホームを体験

一方はルールが多く息苦しさを感じ、もう一方は説明が丁寧で本人が「ここなら大丈夫」と判断しました。スタッフの関わり方や他の利用者との相性も確認でき、納得して選ぶことができました。

見学・体験で確認すべきポイント

- ・ 本人の感覚を大切にする
- ・ スタッフの言葉遣いや対応を観察
- ・ 他の利用者の様子や雰囲気
- ・ 体験しないと分からない「空気感」

医療的ケア・多様なケースへの対応

医療的ケアがある場合

訪問看護や医療連携で対応します。「できない」ではなく「どう組み合わせるか」を考えることが重要です。

事例⑤: 服薬管理と吸引が必要な方。訪問看護と連携し、夜間は緊急連絡体制を整備して入居。医療と福祉の連携により、安心して暮らせています。

不登校・ひきこもりのケース

日外出が前提ではありません。まず生活リズムを整えることから始めます。

事例⑥: 長期間ひきこもりだった若者。グループホーム入居後、まず生活リズムが安定し、半年後に少しずつ外出が増えました。「外に出す」支援ではなく「暮らしを整える」支援が重要です。

重要事項説明書とチラシの見抜き方

重要事項説明書の見抜き方

「全部読む」ではなく、必ず見るべき4点に絞って解説します。

1 サービス内容が具体的に書かれているか

抽象的な表現ではなく、具体的な支援内容が明記されているか確認

2 費用が「込み」か「別」か明確か

追加費用が発生する項目を見落とさないように

3 退去・解約条件が小さく書かれていなか

不利な条件が目立たない場所に書かれていなか注意

4 苦情相談窓口が形式だけになっていないか

実際に機能する相談体制があるか確認する

チラシ・誇大広告を見抜く視点

以下のようなキーワードには注意が必要です:

- ・ 「絶対安心」「必ず自立」「24時間完全サポート」
- ・ 写真やイラストばかりで支援内容が見えない
- ・ デメリットや制限の説明がない

□ 必ず照合する: 広告 → 重要事項説明書 → 口頭説明。この3点を照合することでトラブルを防げます。「書いてあること」より「書いていないこと」に注目しましょう。

親なきあと・今日のまとめ

親なきあとの備え

相談支援専門員、行政、後見制度と連携することで、家族だけで抱えず、仕組みで支えることが重要です。早めに相談し、本人を中心とした支援体制を整えていきましょう。

相談支援

定期的な面談で状態確認と計画更新

行政連携

福祉サービスの調整と情報提供

後見制度

金銭管理や契約行為のサポート

本日の重要なポイント

- グループホームは「最後の場所」ではなく「暮らしを整える選択肢」
- 自立してから入るのではなく、入ってから整える
- 合わなければ調整や変更ができる
- 見学・体験で「本人の感覚」を大切に
- 重要事項説明書とチラシは必ず照合する
- 本人が安心して今を生きるために、制度を「使いこなす」視点を持つ