

# 自立生活サポートチェック表 I

2017年 改訂版

## ひとりぐらしを応援する／生活のためのレシピを作ろう

東京LD親の会連絡会・自立生活研究会

LD等発達障害の人々は、社会性が身につけにくい、自立しても挫折しやすい、といわれています。その原因はどこにあるのでしょうか。

近年、発達障害者支援法の改正、障害者差別解消法の施行、そして障害者総合支援法の改正、特別支援教育等の実施により、発達障害者への支援はめまぐるしく変化しており、支援体制は進んできておりますが、生活面での支援については、まだ道は遠いという実感があります。

私たち東京LD親の会連絡会の4名の有志による自立生活研究会（通称・シリ研）は、保護者の目から、生活の現場を見直す試みを続けてきました。この度、初版発行（平成19年）以降、さらに時間をかけて研究してきた成果を、改訂版としてまとめました。

「自立生活」とはどんなことをいうのでしょうか、身の回りのことができるという自立、精神的な自立、経済的な自立、人間関係の変化の中で自分を処していく自立、イメージはいろいろあることと思います。20代ともなると漠然とではなく、青年たちが将来にわたりどのような生活をめざしていくのかが、いやおうなく問題として立ちはだかってきます。

そこで、この冊子は、20代の青年たちが、地域のアパートなどで一人暮らしをするときを想定し、あくまでも具体的に、暮らしを成り立たせるには何をしたらよいかを考えるツールとして使えるように、項目を並べてあります。

でも、一人暮らしを全部のみなさんに勧めるという意味で一人暮らしを想定しているわけではありません。毎日の暮らしを見直すためには、一人暮らしというシンプルな想定が必要でした。ひとりではできないことも、沢山あります。その項目は、誰に担ってもらえばよいのか、お金があれば解決することか、支援はどこで得ることができるか、今後を考えていくための基となる材料が、ここにあります。

ぜひ、お手元に1冊お求めください。

1冊：1000円（A4版 108ページ）

お問い合わせ・ご注文・連絡先アドレス

[morino@ninjinmura.com](mailto:morino@ninjinmura.com) 森野勝代

