

# 自立生活サポートチェック表Ⅱ

## 自立生活の三大難問! 金銭管理・時間管理・整理

ひとりぐらしを応援する／自立生活の権利と義務・シンプルな生活  
親の思う事（今からでもできること他）

**2018年 11月 15日 発行**

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、発達障害者への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・ジリ研）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Ⅰで積み残した問題を研究し、その成果を、サポートチェック表Ⅱとしてまとめました。



この冊子は、障害があるなしにかかわらず、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。自立の形は必ずしも一人暮らしだけではありませんが、私たちの研究会では日常の暮らしを見直すために、一人暮らしというシンプルな想定が必要でした。一人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、今を考えていくための基となる材料が、ここにあります。

このチェックリストは、できる、できない、を評価するためのものではありません。ましてや、できないから自立できない等と考えてこの冊子を閉じてしまわないよう願っています。また、巻末の「シンプルな生活」「思うこと」は大人になった子をもつ親たちの経験をふまえた熱い思いと願いを結実したものとなりました。参考にしていただければ幸いです。

1冊：1000円（A4版 76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