

この資料について

- ▶ 生活訓練施設ハイツかもめでは、『ファーストステップ』という通所プログラムを運営しています。
- ▶ ファーストステップでのこれまでの取り組みについて、実践報告という形で、2022年12月に開催された、日本精神障害者リハビリテーション学会 第29回群馬オンライン大会にて、発表を行いました。
- ▶ このスライドは、発表にもちいた資料の一部を抜粋したものです。

自立訓練（生活訓練）を活用して 就労に向けた選択をサポートする

～短期就労・生活支援コース ファーストステップの実践報告～



横浜市総合保健医療センター

ファーストステップ、とは？

- **対象は？**：「今の自分にとって何が必要か確認したい」、「自分に合うサービスを決めかねている」、「就労を目指して、まずは一歩踏み出してみたい」という方
- **なにをする？**：就労面、生活面、健康面の包括的な評価を短期間で行う
- **主な関係者は？**：計画相談支援など普段関わりのある支援者と連携する
- **目的は？**：今の自分を知ることをサポートし、今後の取り組みを選択できるよう支援する

ファーストステップの流れ

【初回】 目標の共有、通所スケジュールの設定

【通所中】 プログラム参加

【通所終了後】 アセスメントシート作成

【通所終了後】 振返り



ファーストステップの流れ

【初回】目標の共有、通所スケジュールの設定



	月	火	水	木	金
午前	就労準備講座 生活訓練講座	生活訓練講座	WRAP	生活訓練講座	WRAP
午後	模擬作業	模擬作業	20回分の 通所スケジュールを設定		

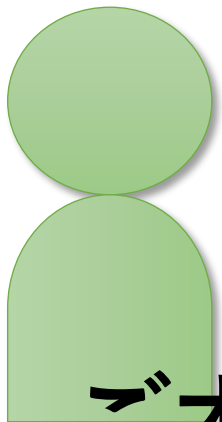
ファーストステップの流れ

【初回】目標の共有、通所スケジュールの設定

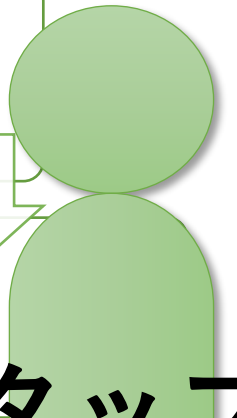
【通所中】プログラム参加

【通所終了後】フォローアップ、振り返り

就労、生活、健康面から
現在の状態をアセスメント



ご本人



スタッフ

ファーストステップの特徴

1 短期間

- 通所回数は20回（日）
- おおむね2か月で終了
- 次の展開へとなるべくテンポよく進んでもらう

ファーストステップの特徴

2 オーダーメイド

- 通所スケジュールと取り組みはご本人の目標に沿ってオーダーメイドに設定する

就労

- 対人技能：感情のコントロール／苦手な人への対応／ストレス対処
- 基本的労働習慣：挨拶／言葉遣い／報連相／身だしなみ／規則の遵守
- 職業適性：作業への適性（正確さ、スピード、体力）／自己理解、就労の知識

生活

- 基本的な生活リズム（生活リズム表）／金銭管理／余暇の過ごし方／通勤能力／生活スキル（掃除、洗濯、買い物など）

健康

- 通所実績／体調管理（K-STEP）／服薬管理／食事

ファーストステップの特徴

3 WRAPクラス

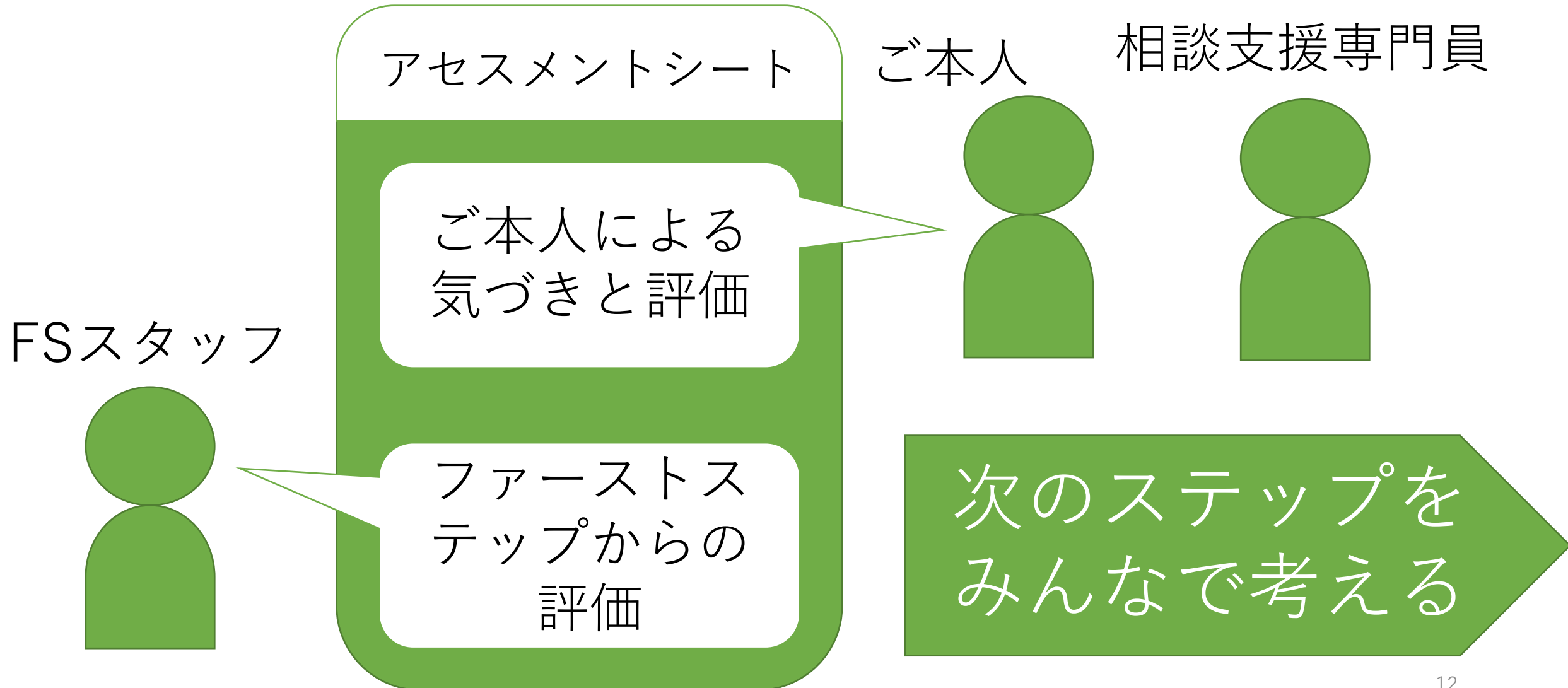
- ピアスタップがファシリテート
- 安心して自分を語れる場、語って良いと思える場
- リカバリーしていく仲間の存在に触れられる場

ファーストステップの特徴

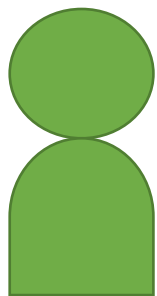
4 協働でアセスメントシートを作成

- ご本人は、どんなことに気づいたのかという主観的な情報
- 実際にどんなことをやってみたのか、周りからはどんな風に見えていたのかという客観的な情報
- 双方を統合してアセスメントとしてまとめる

5 相談支援専門員と一緒に振り返る

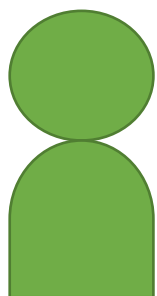


ご利用された方から…



自分らしいリカバリーについて考えるきっかけになった。

色々な考え方を持った人たちと出会えた。



人と接することに自信が持てた。

生活リズムが整って、少しでも体力がついた。



まとめと考察 ①

ファーストステップの特徴

- 短期間
- オーダーメイド
- WRAPクラスの開催
- アセスメントシートの共同作成
- 相談支援専門員と一緒に振り返りを行う

まとめと考察 ②

- 20日間という**短期間**でもご本人の**気づきにつながりうる**
- **通う場所がある**ということ**だけ**でも**生活リズムが整う**きっかけになりそう
- 生活リズム表などを用いた**モニタリング**もきっかけでは
- WRAPでは**安心して話せる場**で**他者の意見が聞けたこと**などが**自己理解、気づき**に

まとめと考察 ③

- 移行先は就労に関係するものの中でも幅があった
→ 就労に向かう**今の自分の状況を確認めた**からこそ、その次の展開に**選択肢の幅**が生まれたのでは
- 半分は就労関係ではない選択だった
→ 次のステップが**必ずしも就労に直結する取り組みではない**選択がなされた

主に就労に焦点を当てながらも、生活や健康についても触れる機会が用意されているために、本人の中で選択肢の幅が広がった（リカバリーに貢献できた）のでは