

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える



(1)私(本人)のライフプランNO.1 (現在～10年後～親なき後)

福祉サービス・社会資源	現在の状況	10年後～親なき後 (親が関われなくなった場合も)
1. 住まい (自宅、グループホーム、ひとり暮らし、入所など)	自宅で本人と父母の3人暮らし	兄と姉はそれぞれ独立して家庭があるので、グループホームでの暮らしが出来るとうい 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
2. 働く・通う・学ぶ (学校、日中活動、就労、送迎など)	利根川福祉作業所	出来る限り、今の作業所を続けてほしい。グループホームから今の作業所に通えればベスト 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
3. 社会参加・余暇 (休日、放課後、生涯学習本人活動など、暮らしを彩るものは?)	週に1回フラダンスサークル 土が日に、月2回移動支援 他の日は家族とお出かけ(月に5～6回)	フラダンスは続けたい 移動支援は、毎週1回は利用させたい 家族とのお出かけは月1回ぐらいは出来れば良い 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
4. 生活支援 (家事援助、身体介護など)	ほとんど自立しているが、細かいところで確認や仕上げのお手伝いが必要	出来るところは今後も自分で行いながら、家族以外に定期的に見守ってもらえるような支援が必要 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
5. 所得保障 (年金、手当、賃金など)	障害年金2級 作業所工賃	障害年金 作業所工賃 (いずれも、もう少し増えていけば安心) 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)



(1)私(本人)のライフプランNO.2 (現在～10年後～親なき後)

福祉サービス・社会資源	現在の状況	10年後～親なき後
6. 医療・健康管理 (専門医療、かかりつけ医、健康診断など) 入院時の対応 (連絡先、付き添う人、費用負担方法など)	<ul style="list-style-type: none"> 赤城大学附属病院(山田先生) 作業所の定期検診(内科・歯科) 最近入院はしていないが、いざというときは父母が対応 	<ul style="list-style-type: none"> かかりつけ医は継続 入院時は兄や姉が対応 費用は本人の年金や生活サポート給付金などで対応 希望者 本人・<u>家族</u>・(母)
7. 権利擁護 (成年後見、日常生活自立支援事業など)	<ul style="list-style-type: none"> 現在は父母が対応 	<ul style="list-style-type: none"> 成年後見制度や、日常生活自立支援事業などを使えるようにしておきたい 希望者 本人・<u>家族</u>・(母)
8. 相談支援 (窓口、相談者)	たにがわ相談支援事業所 担当 山川ひかるさん	たにがわ相談支援事業所とグループホーム 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
9. 緊急時・非常時の生活のこと (レスパイト、短期入所等) (将来の準備、体験ホーム) 人工呼吸器など 緊急時の判断者 (上位3人) (41頁参照)	サービスステーションや、入所施設の短期入所なども体験中 緊急時の判断は (父)、(母)、(姉)	グループホームで対応してほしい 希望者 本人・ <u>家族</u> ・(母)
10. その他 (本人の大事なもの)		希望者 本人・ <u>家族</u> ・()

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(2) 日常生活費(生計)のこと

(親なき後の収入、支出を想定し、できる範囲で記入してみましょう！
概数でかまいません。)



① 収入

科目	金額(年額または月額)円	備考
障害基礎年金	障害年金2級 月額 約65,000円	
その他年金・手当て	なし	心身障害者扶養共済制度に加入しておけば、親の死後に月額2万円支給されるというので検討中。
工賃・給料収入	作業所工賃 月額 約9,000円	
雑収入 (医療助成、補助など)	なし	
不動産収入	なし	
	なし	GHに入ったら、親が元気な間は月に2~3万円を援助の予定
その他	なし	「生命保険信託」などで、親の死後に毎月数万円を受け取れるらしいので、これも検討中。
収入合計	月額 約74,000円	共済や信託を利用して、月額10万円程度の収入を確保したい。

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(2) 日常生活費(生計)のこと

② 支出



科目	金額(年額または月額)円	備考(使い方など)
食費・光熱費・日用雑費	自宅 月額 2~3万円程度	
住居費など	近くのグループホーム 月額 約63,000円 他	家賃補助が認定されると、左記より1万円減額されるらしい
衣服費、こづかい、余暇	こづかい 月額 約10,000円 衣類等 月額 約5,000円	
医療費	定期通院費 月額 約2,500円	
交通費・駐車料金	移動支援の際 福祉有償運送やバス代等 月額 約3,000円	
福祉サービス利用料	作業所の昼食代、旅行積立等 月額 13,000円	
税金、保険料	国保保険料 年額 約20,000円 (月額 約1700円)	
会費・賛助会費・協力金など	フラサークル 月額1,000円	
その他雑支出		
支出合計	自宅なら 月額 約5~6万円 GHなら 月額 約10万円ぐらい	GHだと 毎月2~3万円程度不足予定

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える

① 成年後見人をお願いしたい人

(程度による類型:

後見 保佐、補助)

後見: 日常の買物にもかなりの支援が必要
 保佐: 重要な財産行為には支援が必要
 補助: ほぼ出来るが危惧があり、本人の利益のために支援が必要

* 親や本人の思いを託せる人を、経済的な面と生活支援面に分けて考えてみましょう。

* 現在、親が成年後見人となっている時は、後継の人(託したい人)を書く。

* 親が探せないときは、裁判所が見つけてくれます。



団体名・役職 ふりがな 氏名	住所 (電話)	本人との 関係	現状
ぐんま たるう 群馬 太郎	19ページに記載 (- -)	父	* 了解を受けている * お話はしてある * まだ話はしていない
はるな つきこ 榛名 月子	19ページに記載 (- -)	叔母	* 了解を受けている * お話はしてある * まだ話はしていない
ぐんま かずゆき 群馬 一之	19ページに記載 (- -)	兄	* 了解を受けている * お話はしてある * まだ話はしていない

② 親(保護者)が、任意後見契約を結んでいる場合

(氏名) (公正証書契約番号)

(住所) 電話)

③ 私(本人)が願うこと (こんな暮らしがしたい!)

通常の生活時には問題無いが、パニック時には他人を受け付けなくなるので、静かな環境の中で、ゆっくりと時間をかけて優しく見守ってもらい、落ち着いてきてから徐々に話しかけてほしい。そんな配慮が、しっかりと出来る人たちに支援してほしい。
 また、作業所以外の人たちとも友達ができれば良いなと思っている。
 フラダンスサークルの活動には、ずっと続けて参加したい。

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える



④ 兄弟姉妹からのメッセージ

いつも優しい言葉をかけてくれ、温かい目で見守ってくれてありがとう。

ももちゃんが、いつまでも笑顔でいられるよう、
 お兄ちゃんとお姉ちゃんに協力して、
 出来ることは何でもしてあげられるように、心がけます。

⑤ 親の思い

お父さんから

いつまでも3人で暮らしたいけれど、いつかはそれができなくなる日が来ます。

ももちゃんの暮らし方が、今までと大きく変わってしまわないようにするためにも、利根川作業所が運営している、グループホームに入ると良いなと思っています。

お母さんから

時々、利根川作業所のグループホームや、その他のグループホームへ見学に行き、ももちゃんの安心できる暮らし方について考えています。

できれば、仲の良いみかちゃんたちと、一緒に暮らせれば良いな~と思っています。

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える

⑥ 親の死亡時のこと

親の葬儀、墓、供養など



父： 父母とも

お寺は市内の〇〇寺で、群馬家のお墓に入れてください。

××葬儀社の社長が友人で、会員登録もしてあるので連絡して

母： 下さい。供養は〇〇寺のご住職にお願いして下さい。

あまり、お金をかけずにお願いします。

親の訃報の連絡先 (主たる連絡先)

フリガナ 氏名	住所 (電話)	親の関係	備考
すその ひろこ 裾野 広子	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	父の姉	
ぐんま じろう 群馬 次郎	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	父の弟	
はるな つきこ 榛名 月子	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	母の妹	
あかぎ ゆきひこ 赤城 雪彦	〇〇市〇〇町〇〇〇〇 (〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)	母の弟	
	(- -)		

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)

(3) 親なき後を考える

⑦ 親の遺産分与の考え方

(分与の考え方、公正証書による遺言書の有無、
誰が承知しているか、
他の所に書き記したものを保管している、など)



父の場合

公正証書による遺言書 公証役場

母の場合

父と同じ

兄弟姉妹の場合

特になし

⑧ 人生の最期が近づいたときの延命治療について

(項目⑧、⑨については、公益社団法人前橋市医師会発行の「私の人生ノート」の14頁～19頁より引用させていただきました。)

延命治療とは、生命の延長を図る事を目的として、心臓マッサージや人工呼吸器、人工透析などの処置を行うことです。人工的な水分・栄養補給も含まれます。

延命治療を行う状況では、本人は意識がないことがほとんどで、自分でどうするかを決めることができません。

そこで、自分はどうしたいかをあらかじめ考えておくことが大切です。

(※選択肢は次ページにあります。)

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)



⑧ 人生の最期が近づいたときの延命治療について(つづき)

延命治療についての判断者

- | | | |
|----------------|-------|-----|
| 1番(氏名: 群馬 太郎) | 関係: 父 | () |
| 2番(氏名: 群馬 花子) | 関係: 母 | () |
| 3番(氏名: 浅間 さくら) | 関係: 姉 | () |

延命治療について

- 積極的な延命治療を希望したい。
- 延命治療の方法を選んで希望したい。
(次に希望する治療の方法を選んでご記入ください。)
- 延命治療は希望しないが、できるかぎり苦痛をとってもらいたい。
- 自然の流れを大切に何もしないほしい。
- 今はまだわからない。
- その他

「延命治療の方法を選んで希望したい人」は下記にもご記入ください。

- 点滴
- 中心静脈栄養法
- 鼻や口から入れる胃へのチューブ
- 胃ろう
- 心臓マッサージなどの心肺蘇生術
- 人工呼吸器による呼吸の補助(気管内挿管等)
- 人工透析治療
- 人工的な栄養・水分補給は行わない(自然にゆだねる)
- 輸血
- 血圧を上げたり心臓を動かす薬の使用
- 今はまだわからない。
- その他

5. 私(本人)のライフプランと親なき後を考える(つづき)



(3) 親なき後を考える

- ⑩ 私(本人)が死亡したら… (葬儀、墓、供養、財産など)

葬儀

父母と同じ、××葬儀社で、家族葬でお願いします。

墓

同じく父母と同じ市内の〇〇寺で、群馬家のお墓に入れてください。

供養

〇〇寺のご住職に、父母のことも含めてお願いしてあります。

財産

〇〇銀行の預金と多少の現金ぐらいだと思います。法定相続でOKです。

その他

6、手帳、保険証、預金通帳など重要書類の保管場所一覧表

(必要と思われる保管場所を記載しましょう)



手帳名、書類名など	保管場所 ・ 特記事項	ノートの記載ページ
療育手帳	ポーチA	P. 26
身体障害者手帳		P. 26
精神障害者手帳		P. 26
母子手帳	ファイル①	—
障害福祉サービス受給者証 地域生活支援給付受給者証	ファイル①	P. 26
成年後見人契約書 成年後見監督人契約	ファイル①	P. 27, 37
国民年金 障害基礎年金証	ファイル①	P. 27
健康保険証	ポーチA (福祉医療費受給資格証も)	P. 28
病院の診察券	ポーチA(お薬手帳も)	P. 29
薬	携帯用はポーチA、家庭保管はリビングのTVボード右下の引き出し	P. 29
通帳	ファイル①	—
	◎重要書類は、ポケット式ファイル①に一括保管	
	◎あんしんノートも、ファイル①と同じ場所に保管	
	◎受診時に必要な物は、まとめてポーチAに一括保管	