

## ぷらっとの利用案内

### ●事業内容

地域で自立した日常生活と社会生活を営むためのきっかけづくりとなる事業を行います。利用者が気軽に立ち寄り、集うことができる場所の提供を行いながら、利用者の相談に応じ、専門機関と連携して効果的な支援を行い、利用者の満足度を高めるような支援を行います。

### ●対象

市内在住の障がいがある方、精神的に不調の方、引きこもりなど地域生活支援が必要な方など

### ●料金

無料（イベントやレクリエーションなどに掛かる経費は実費）

### ●利用時間

平日の午前9時から午後4時まで

### ●休業日

土曜、日曜、祝日、年末年始

### ●利用までの流れ

#### ①利用見学、利用説明の実施

どんな所か見に来てください。ぷらっと利用におけるガイダンスを基に利用までの流れやルールの確認を行います。

#### ②利用における計画（目標）作り

ぷらっとを利用する中で、解決したい課題ややりたい自分探しをするための相談をしましょう。相談員との面談の中で、小さな目標を作り、それに向けた利用が開始となります。

##### 例 Aさんの利用目標

他の利用者さんと話ができるようになりたい。

自身が頑張ること

部屋に入るときにあいさつをする。

スタッフに支援してほしいこと

他の利用者さんと話ができるようにきっかけを作してほしい。

#### ③自由来所

個別の目標設定に沿った利用と、目標達成に向けた支援を行います。

### ●申し込み・問い合わせ

ぷらっと（市福祉センター内）☎26-5221（内線304）

### 10月27日に開設式

10月27日に行った開設式で、可知市長は次のコメントを寄せました。「昨年度、市自立支援協議会と共に第4期障がい福祉計画を策定した際、就労できず引きこもっている人たちに支援の手が差し伸べられていないという声が寄せられました。また在宅で過ごす時間が長く、地域になじみず引きこもりが長期化するという問題も指摘されました。そういう方たちの有用な場所であるよう、適切な支援を提供していきます」市社会福祉協議会の宮地政臣会長

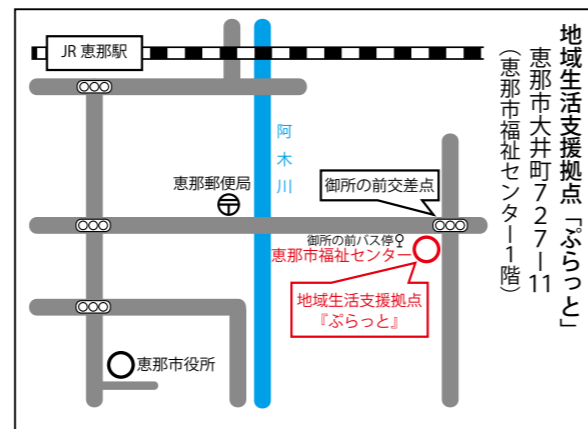
は「市や各団体、地域の方などと連携を密にして、この拠点を役立てていきたい」とあいさつ。市議会の堀誠議長は「心の健康は、人と心を交わすことから生まれると思う。心の交流ができる場としてたくさんの方が利用してくださることを願う」と話しました。

開設のテープカットにも参加した、ぷらっとの利用を希望する工藤久美子さん（長島町）は「人の気持ちが分からなかったり、うまく話せなかったりしてトラブルになってしまふことも多かった。市のサロンに通うようになってから、人との関わり

方もうまくなってきた。仕事も楽しくできるようになった。この拠点も、つらいことや悩みを気軽に話せる場になってほしい」と期待を込めました。

ぷらっとにはスタッフが1人常駐しており、開館は平日の午前9時から午後4時まで。利用できるのは市内在住の障がい児・者、精神的に不調な方、引きこもりの方、地域生活支援が必要な方などです。料金は無料で登録制。専門の相談員と話ができる相談日も設けてあります。

□問い合わせ 社会福祉課 26-5221（内線181）



## 恵那市地域生活支援拠点「ぷらっと」開設式



地域生活支援拠点「ぷらっと」がスタート

障がいのある方も、引きこもりの方も  
ぷらっと、来てね

### 社会参加のきっかけに

心身に障がいを持つ方や引きこもりの方などに居場所や活動の場を提供し、社会参加と就労に向けたきっかけづくりをする地域生活支援拠点「ぷらっと」が10月27日、大井町の市福祉センター1階にオープンしました。

近年は高齢化が進み、障がいの多様化と併せ、障がいのある方が年々増加し、平成30年代には手帳を持たない人を含めた障がい者数は、本市の人口の1割に達する見込みです。特にストレス社会を反映して、精神疾患により手帳を取得される方は急増しており、生きづらさを抱えながら生活する、地域社会になじめない人たちが増えている現状が課題となっています。

地域生活支援拠点「ぷらっと」は、障がい児・者などが住み慣れた地域で安心して暮らしていただけるための支援の一つとして、市が設置しました。運営は市が社会福祉法人恵那市社会福祉協議会に委託しています。

「ぷらっと」の名称は、駅のプラットフォームのように、ここから旅立ってほしいという願いと、ぷらっと気兼ねなく立ち寄ることができる場所の意味を掛けています。

平成21年度まで調理室として使用していた広さ41平方メートルの部屋を約170万円掛けて改修し、じゅうたんやテーブル、椅子、飲み物スペース、雑誌や漫画などを設置。落ち着いた明るい空間で、まるで家にいるかのように安心して過ごせるよう工夫を凝らしてあります。





常駐スタッフ  
小池久子 支援員

## 私の役割は見守ることに

私の仕事は大まかに言うで見守る役目です。利用者さんごとにここへ来る目的があり、コミュニケーションをとりたいという目標の方できっかけがつかめない方にきつかけづくりのお手伝いをしています。他には話し相手をしたり、相談をしたい方と相談員をつなぐパイプ役やスケジュール調整をしたりしています。ぷらっととは、家からまず一歩出て、コミュニケーションをとることがあまりうまくいかない方がここで徐々にスタッフや利用者さんと知り合いになり、コミュニケーションをとる

ぷらっとには1人、常駐のスタッフが居ます。ぷらっとの顔でもある支援員に、ここでの役割や利用者の様子について伺いました。

練習をすることで、就労などにつなげていく場です。ここに来る方は、わざわざした所や自宅以外の場所、人混みの中に居ることが苦手な方が多く、大勢の中に居られない。バスや電車に乗ることが苦手な方がたくさん居ます。知らない人から見られている感覚になるそうです。でも、そういう環境に慣れていかなければなりません。最初は30分しか居られなかった方が、日に日に居られるようになり、今日は3時間も居ることができたと喜んで帰って行かれました。仲の良い人たちだけでなく、いろいろな人と関わっていかねばならないので、ここでの小さな練習を刺激してもらい、就労したときのハードルを下げるようなことができればと思っています。こういう場に来ることが苦手で、相談員と一緒にやると来られる状態だった人が、1人で来られるようになりました。3分くらい居て、つらくなったらすっと帰っていく。最初は「帰ります」と言えなくても、言えるようになる。短い期間ですが、変化が見られてやりがいを感じています。



▲ぷらっと室内。ここでは自分の好きなものを持参して過ごすこともできる

## まず一歩、踏み出そう

Aさん(30歳代)男性

「ぷらっと」がオープンして約1カ月。実際にここを利用されているAさんに伺いました。

Aさんは大学院生だったころ、忙しい研究の合間に二つのアルバイトを掛け持ちするなど、目いっぱい不規則な生活が原因で、適応障害になってしまいました。以来、人と接することができなくなり、就職活動も思うようにいかず、引きこもりがちになってしまいました。しかし福祉機関と接点を持つことで徐々に回復し、今は就労に向けて日々の訓練を行っています。

### ぷらっとの活用法

週2回、福祉センターで行われているパソコン教室で、パソコン操作のサポートをしています。その教室が始まる前や終了後にぷらっとへ寄って、公共の場に少しでも長く居られるよう、人とのコミュニケーションの練習などを行っています。

### ぷらっとを利用して変わった点

公共の場に居続けることに慣れてきました。入れ替わり人の出入りが

ある所が怖いのですが、ここが出来てからは、以前と比べるとだいぶ慣れました。以前は朝9時にオープンであれば、9時よりも前に到着するように心掛けていました。他の人が居る中に入っていくことが苦手なので、誰かが入って来る前に自分が居ないと安心できませんでした。

### 今後の予定

多治見市にある就労継続支援A型事業所に1月から就職することが決まりました。パソコン関係の仕事を主にやっている所で、イラストを描くなど、パソコンを使った仕事が好きなので面接を受けました。その事業所も「イラストレーター」というソフトが使える人は歓迎しますと書いてありました。

### 利用者の先輩として伝えられること

まずはここに一歩踏み出してください。仕事のことはそれから考えればいいので。ここに来るだけでも勇気が要ります。でも私みたいに、来れば何とかなったことを分かっている。まだここを利用する人が少ないので、寂しいところがあります。もっと仲間が増えるといいですね。



▲ぷらっとでは音楽療法などの催しも定期的に行っている

※一般就労が困難な障がい者に対して、雇用契約に基づく生産活動の機会の提供や知識と能力の向上のために必要な訓練を行う事業所