

## 将来に向けて

# 宿泊体験（日帰り）してみませんか？

夫婦ともまだまだ元気だが、高齢になってきた。将来、子どもはどうやって暮らせば良いのか...



私が入院した時、子どもはどうしよう。短い間だが、私がいなくて生活できるか不安だ...



親戚の結婚式に呼ばれたが、子どもを連れて行けない。初めて短期入所使うけど、不安だ...



もしもの時、障がいがあるお子さんが1人になったらと考えると不安ですね？

家と違う場所でもお子さんが安心して過ごせるっていいですね！

宇都宮市では**グループホームでの宿泊等の体験**を行っています。体験は日帰りから参加できます。お気軽にご利用ください。



### 概要

【内容】  
介護者から離れてグループホームで食事（準備の手伝い含む）や入浴、掃除などを体験

【日時】  
令和6年9月～令和7年3月の期間で要相談（所要時間は、数時間～1泊2日）

【対象者】  
市内在住の宿泊を伴う障がい福祉サービスを利用していない障がい者（18歳以上）

【場所】  
市内のグループホーム（裏面参照）

【その他】  
2,000円程度で食費などの実費がかかります。



### コース

※ 時間や活動内容は要相談

#### ① 日帰り体験コース （本人のみで参加） New

| (例) | 9:00 | 11:00 | 12:00 | 14:00 | 16:00 | 17:00 | 18:00 |
|-----|------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
|     | 到着   | 散歩    | 昼食    | 掃除    | 夕食準備  | 夕食    | 帰宅    |

#### ② 1泊2日体験コース （本人のみで参加）※作業所に通いながら体験する場合

| (例) | 17:00 | 18:00 | 18:30 | 19:00 | 19:30 | 20:00 | 21:00 |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1日目 | 到着    | 夕食準備  | 夕食    | 談話    | 入浴    | 洗濯    | 就寝    |
|     | 8:00  | 8:30  | 9:30  | 10:00 |       |       |       |
| 2日目 | 起床    | 朝食    | 掃除    | 帰宅    |       |       |       |

※「日帰り体験コース」「1泊2日体験コース」に参加する前（別日）に、本人と介護者が一緒に参加できるオリエンテーションを1時間30分程度行います。オリエンテーションでは、グループホームの見学や体験内容の説明を行います。疑問に思うことや不安なこと等は、ぜひオリエンテーションでお聞きください！



## 宿泊体験利用者の声

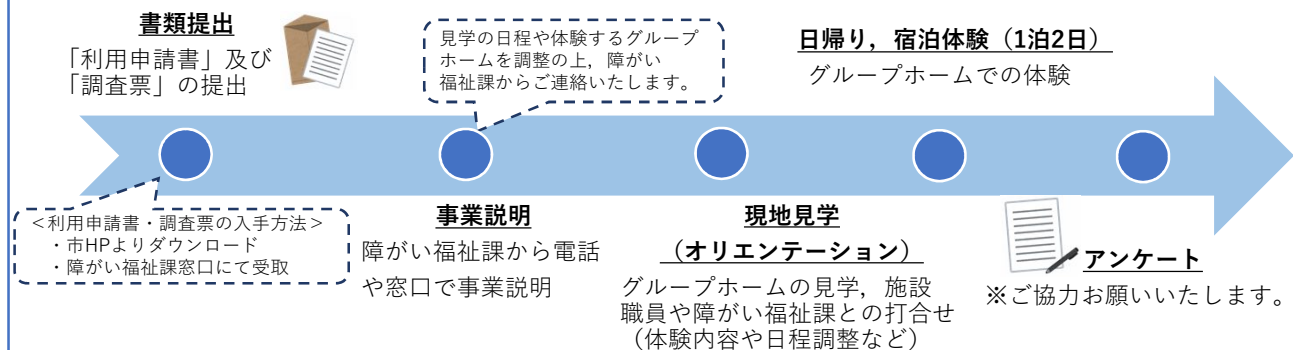
### ◎本人

- ・「楽しかった、また行きたい。」など

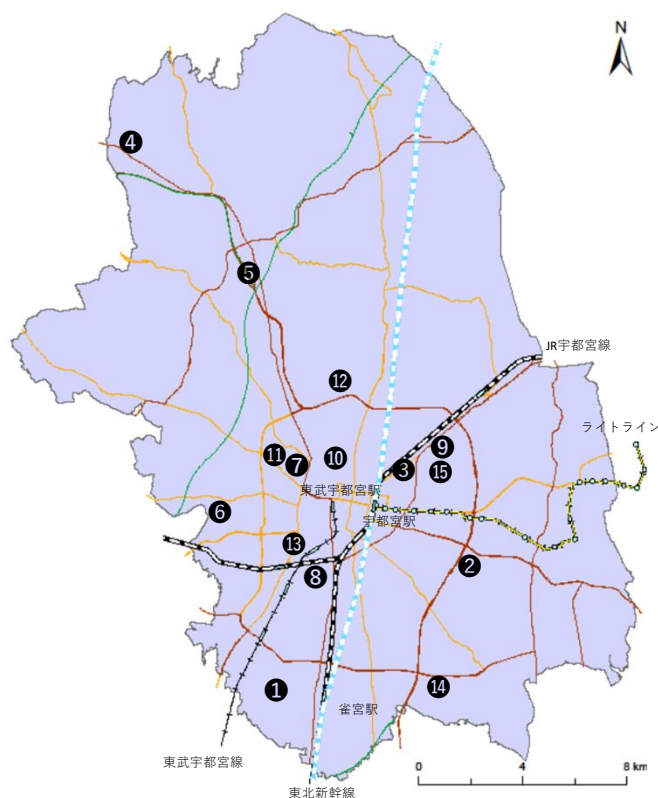
### ◎介護者

- ・「気軽に宿泊体験ができ、グループホームがどのような場所か分かった。」
- ・「子どもが楽しそうに体験できたので、将来の住まいの選択肢にできた。」
- ・「親なき後について、考える良いきっかけになった。」など

## 宿泊体験までの流れ



## 令和6年度 宿泊体験の協力事業所一覧



| グループホーム名         | 住所     |
|------------------|--------|
| ①ブラザーズ若松原1～3     | 若松原2丁目 |
| ②Mon mama        | 石井町    |
| ③Mon mama II     | 今泉新町   |
| ④アッフェル2号棟        | 上小池町   |
| ⑤アッフェル3～4号棟      | 徳次郎町   |
| ⑥グループホームたいようⅠ・Ⅱ  | 上欠町    |
| ⑦グループホームたいようⅢ    | 宝木町1丁目 |
| ⑧ホーム38           | 陽南3丁目  |
| ⑨COCO・MUGI・NOA御幸 | 御幸本町   |
| ⑩グループホームEME M1   | 大曾町    |
| ⑪グループホームEME M2   | 駒生町    |
| ⑫らぼーる長岡町         | 長岡町    |
| ⑬らぼーる鶴田町A・B・C    | 鶴田町    |
| ⑭グループホームぬく温      | 西刑部町   |
| ⑮ゆうもあホーム越戸町1・2号  | 越戸町    |

※空き状況等により、利用できるグループホームは異なります。

### 【問合せ】

宇都宮市役所 保健福祉部 障がい福祉課 企画グループ  
〒320-8540 宇都宮市旭1丁目1番5号  
TEL 028-632-2353 FAX 028-636-0398

