

将来に向けて

宿泊・日帰り体験してみませんか？

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人になったら考えると不安ですよね？

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よね！

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8年6月～令和9年3月の期間で要相談（所要時間は、数時間～4泊5日）

【対象者】

市内在住の18歳以上（高校3年生相当の17歳含む）の障がいのある方で、
介護者からの自立を体験できる機会を必要とする方

【場所】

市内のグループホーム（裏面参照）

【申込期限】

令和9年1月29日（金）

【その他】

食費や光熱水費などの実費（1日2,000円程度）がかかります。



コース例

※ 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）

（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 宿泊体験コース （本人のみで参加） 【1泊2日から最大4泊5日まで可能】

（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
2日目	8:00	8:30	9:30	10:00	※作業所に通いながら体験する場合		
	起床	朝食	掃除	帰宅			

※ 各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。

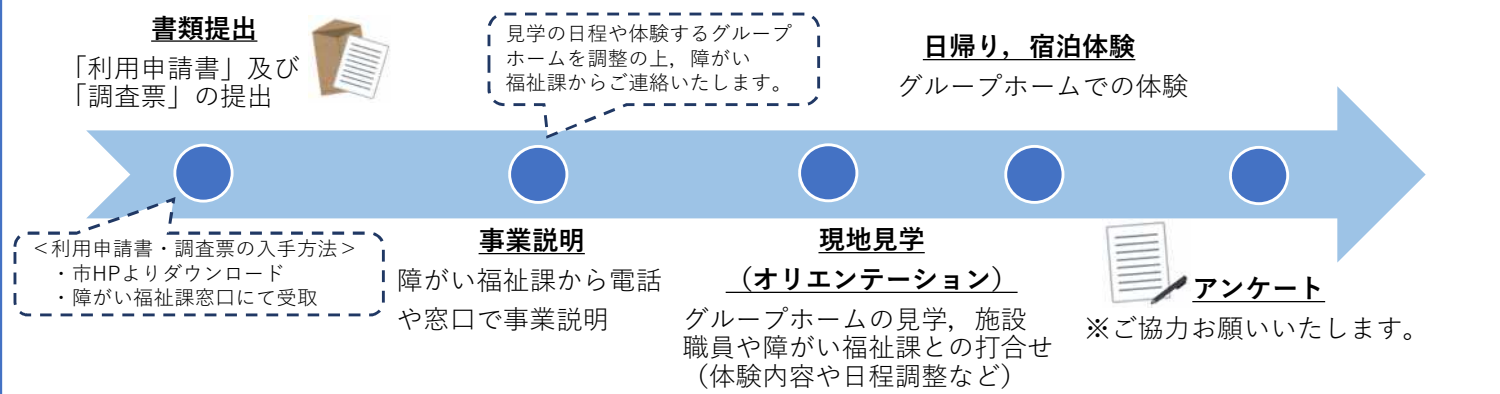
オリエンテーションでは、グループホームの見学や体験内容の説明を行います。疑問に思うことや不安なこと等は、ぜひオリエンテーションでお聞きください！



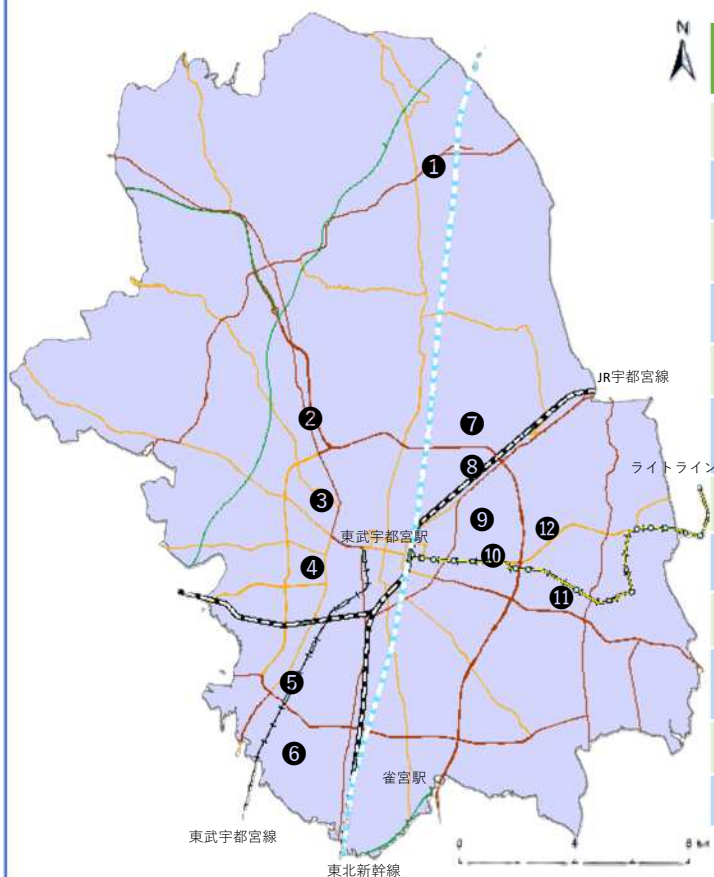
宿泊体験利用者の声

- ◎本人
- ・「貴重な体験ができた。また利用したい」
 - ・「楽しく過ごせた」など
- ◎介護者
- ・「子どもが宿泊体験を通し、入所に対する不安感が少し払拭されたと話していた」
 - ・「子どもが他利用者とゲームや体操等を通して関わることができ、楽しそうに過ごしていた」
 - ・「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8年度 宿泊体験の協力事業所一覧



グループホーム名	所在地	宿泊 (最大日数)	日帰り
①グループホーム大樹	下小倉町	4泊5日	○
②ウェルフィン上戸祭	上戸祭	4泊5日	○
③ウェルフィン戸祭	戸祭	4泊5日	○
④グループホーム101	鶴田町	4泊5日	○
⑤しるくホーム	西川田本町	2泊3日	○
⑥障がい者グループホームStars宇都宮幕田町	幕田町	4泊5日	×
⑦グループホームmyk	海道町	4泊5日	○
⑧みらいのたね宇都宮2	御幸ヶ原町	4泊5日	○
⑨ゆうもあホーム越戸町	越戸町	4泊5日	○
⑩グループホームイノベル宇都宮今泉新町	今泉新町	1泊2日	○
⑪はぴえふ	石井町	2泊3日	×
⑫めぐホーム平出	平出町	4泊5日	○

※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

