

自立について考えよう

～就労と生活の学びの支援について～

講師 集いの場あゆみ 所長 草羽俊之

1 「学んでほしいこと」

「自立」という言葉を聞くと難しいテーマだと感じる人も多いかと思います。「自立」は、自分一人ががんばって生きることではなく、支援を受けながら自分らしく生活することを学ぶ講座です。

生活するためには必要な知識や技術を学ぶ必要もあります。また、社会の中で生きるためには、社会的な活動に参加したり、いろいろな人との関係をつくらしたりして人生を豊かにしたいと願うことも大切となります。

「自立」は、その人の暮らしと関係が深い言葉なので、集いの場あゆみの利用者4人の方の自立生活（暮らし方）のお話をしてもらいます。それぞれの実際の暮らし方をモデルにして、講座の中で具体的に説明します。

最初に自立を考えるにあたって、大切にしてほしい視点として3つのことを話します。その中で、自分の生活を振り返ったり、社会の中で生きる自分の姿と重ねたりして、学習してほしいと思っています。

そして、自分の暮らしている地域のなかに、自立を支えるてくれる場としてどのような所があり、就労の継続や生活が安全で安心して送るための支援があるかを考えてみます。

地域生活の中で生きていくときに、自分のまわりに社会資源や人（支援者も含め）が存在していることを知ることも大事なことです。

「自立について考えよう」の講座内容は考える講座です。4人の発表者の内容から学びことを大切にしていきました。

2 『学びのポイント』

(1) 講座は「自立について考えよう」『就労と生活を支える学びについて』『相談支援について』『地域生活を支える人・制度』の4つの講座のシリーズになっていることを伝えます。そして、「自立について考えよう」では、4人の自立生活の発表を聞きながら学習を進めることを話します。

(2) 「自立を考えるとときに知っておきたい3つのこと」は、生活をするのに必要なお金（経済的な自立）、実際に生活をする上で必要な家事（生活実務的な自立）、また、自立を考える上で最も大切なことだと思う内面的な

成長（精神的な自立）について学びます。人との関係性のもち方や、自分で判断や決定をするときに、周囲の人の意見や知識や情報から学ぶことでより良い選択ができることを学んでほしいと思います。

- (3)「自立を支えてくれる3つの場」では、生活を支える場としての「生活の場」「働く場」「余暇活動と学びの場」について考えます。自立を支える暮らしの3つの場が、自分にとってどのように大切かについて知ります。この3つの場は、人が生きていく上で人生を豊かにする場であることを学びます。3つの場は、場のもつ意味や活動の質（内容）を考えることが重要です。
- (4)「自立を支えてくれる支援」では、就労支援や障害者福祉サービス、生活や人権を保障するための主な制度について学びます。身近で、必要な制度に絞って学びます。
- (5)「自立をするための学びの意味」について、生涯学習の大切さや意義を学びます。学ぶ目的や学んだことが生活や就労に役立つか、また自分の生活を助けてくれるかについて知ります。

3 『支援のポイントとテキストの活用方法』（SP=Support Point）

《SP1》「自立を考えるとときに知っておきたい4つのこと」

自立について「3つのこと（視点）」から、テキストのイラストを交えながら説明します。発表者のAさん、Bさんの自立生活場面でのポイントになるところを紹介しながら、改めて3つのことを確認します。

《SP2》「自立を支えてくれる3つの場」

「暮らしを支える3つの場」が、自立に向けて大切であることを、自立生活のイメージ図「暮らしを支える3つの場」を見ながら、2（1）～（3）の説明をします。それぞれの場が関連しあって、生活を豊かにしていることを紹介します。そしてAさん、Bさん、Cさんの「3つの場」が自立生活の中で、どのような場として存在しているかを知ります。ここでは、場のもつ意味を紹介しながら、改めて「3つの場」のことを確認します。

《SP3》「自立を支えてくれる支援」

就労や生活を支える障害者福祉サービスや権利擁護に関する制度の紹介をします。Cさんの自立生活の発表の中で、利用している支援や制度について紹介をしながら活用方法を知っていきます。また、成年後見制度（保佐）などを利用している発表者Aさんの生活の中で利用している実際の様子を話してもらって具体的な例を知ります。

《SP4》「自立をするための学びの意味」

学ぶ意味を4の（2）の事例を参考にします。また講師の失敗談や参加者の中からも例示を出してもらって学びあいます。「自分のことは自分で

決めていますか」「なにかを決めるときに、相談をできる人がいますか」「自分一人で、できないときに助けてくれる人がいますか」「自立に向けて、学びたいことはなんですか」などの問い掛けをすることで、参加者が学ぶことの大切さを知っていきます。

《SP5》振り返りシートの作成「就労と生活について考えてみよう」

これまでの講義の内容を参考にして、「就労と生活について考えてみよう」の振り返りシートを作成して、この後の講座の学びの参考にします。

最後に夢や希望を語り合うことが、自己実現に向けて励みになっていくことを期待します。周囲に決められた目標に向かっていくのではなく、自分の夢や目標に向かっていく主体的な行動や思いが大切であることを伝えながら作成してもらいます。そして、後の講義につなげるために、自立を支える社会と、周囲の人との関係の結びつきも重要になることも話します。

4 『資料の紹介』

※本テキストで使用したイラスト

○「かわいいフリー素材集 いらすとや」，

(オンライン)，入手先<<https://www.irasutoya.com/>>.

5 『講師の感想』

「自立」という言葉は、人によってさまざまにとらえ方があります。私は、その人が、将来への夢や希望に向かっていこうとする本人の過程が大切だと思っています。また、その過程づくりに本人の参加が重要だと思えます。ささやかな願いや希望から実現しにくい夢まで人それぞれがもっています。

知的障害者の暮らしは、まだまだ支援と環境が整っていないために、あきらめている現実があるのではないのでしょうか。他の人の話も聞きながら、改めて思いを、新たにしてもらっても良いかと思えます。

学びの場を通して、本人達が夢や希望に向かって、実現できるような実践が大切だと思っています。そういった意味でも、生涯学習は豊かに生きるための支援の一つとも言えるのではないのでしょうか。