



— 曲り角 とまる習慣 待つしつけ —

学齢期会員「あんしんサポートノート学習会」 「障害基礎年金の申請準備のために」

10月31日、12月5日と、学齢期と学校卒業後1〜2年の会員を対象に、少人数で気軽に質問できる座談会形式での「サポートノート学習会」を開催し、いずれも先輩アドバイザーとして、宮田真知子さん（富山市）にご協力いただきました。

サポートノートは、「親亡き後」という言葉とセットになることが多く、お子さんが幼児や学齢期の方は、まだまだ関係ないものと感じるかもしれません。しかし、お子さんが小さい頃から記録をまとめておくと、就学、進級、就労とライフステージが変わる時、福祉サービス利用時、病院受診時、親にもしものことがあった時など、様々な場面で役立ちます。

そこで、初回の学習会では、未だ収束が見えないコロナ禍や、身体的に記録し、積み重ねていったものが、いずれはお子さんの大切な「引継書」になっていきます。障害年金申請の準備が、将来のライフプランを考えることや、お子さんの記録を残す、整理する、伝えるなどの「きっかけ」につながっていくと思います。

「あんしんサポートノート」は、お子さんの人生にずっと寄り添っていきます。今からコツコツ書いていきましょう。疑問に思ったら、すぐに質問できる、少人数での座談会形式の学習会。時には笑い、時にはそれぞれの情報を交換しあい、終始、和やかな雰囲気の中で、いろいろなお話しができました。次回の学習会は、「いつかはグループホームに」と考えている方のために、グループホームの運営者、利用者の保護者、利用しているご本人にご協力いただき、気になる費用や、生活の様子を伺うと共に、サポートノートの利用方法なども併せて学ぶ予定です。

「申立書」と「診断書」が重要

障害年金の受給は、書類審査での判断となりますので、「病歴・就労申立書（以下、申立書）」と、医師による「診断書」が大変重要になります。ざという時に備え、医療情報や健康状態、生活習慣などのページを皆で書いてみるつもりでしたが、実際には、卒業後の生活や就労、お金、福祉制度、病気や医療、障害年金などの雑談で時間が過ぎてしまいました。せっかくノートを書くという思いで参加された方には、物足りない内容になってしまったため、2回目は、皆さんの関心が高かった障害年金にスポットを当て、「申請準備のためにノートを書いておこう!」という具体的なテーマで学習しました。

この二つの書類は、日本年金機構のホームページからダウンロードできますので、事前に「診断書」の内容も確認しておくことをお勧めします。（※診断書は「精神の障害用」のもの）

Q. サポートノートの「成育歴」のページには、3歳児健診までの欄しかないけど…

A. 23ページからの「生活歴」をしっかりと書いておきましょう!

例えば、発語がないために相談に行ったことや、遊びや物ごとの順序にこだわりが強かったこと。障害の診断があったことや、支援学校への入学、学校や家での様子、何ができなかったのか、苦手なこと、自身で判断できないこと、服薬の経緯等も細かに書きます。その時々気付いたことをメモしたものを、ノートと一緒に綴じておいて、時期をみてまとめるのもお勧めです。「障害特性」や「生活習慣」のページなど、ノート全体が役に立ちます。



日常生活でどんな支援や、手助けが必要なのか

「診断書」は、日常生活の状況をしっかりと把握してもらった上で書いていただくことが大切です。申立書、診断書ともに、「日常生活に関する項目は「一人暮らし」を想定して答えますが、単に、できる、できないではなく、お子さ

障害年金申請の準備が今後の人生の引継書にも

が日常生活を送るとき、どのような手助けや支援が必要なのか、具体的に伝えることがポイントとなります。そのため、医師には口頭だけではなく、サポートノートの中の、「生活習慣」、「日常の暮らし」などの必要なページの写しや、項目に沿ってまとめたものなどを持って参り、一緒に見ながらお話しすることを勧めました。



障害年金申請の準備が今後の人生の引継書にも

障害年金の申請時に確認される、食事や金銭管理、通院と服薬、入浴や清掃、意思伝達や社会性。これらについて、どのような支援があれば、どれだけできるのか、今は誰が、将来は誰に、どのような支援をしてほしいのかなど、具

— やさしさが 好きです あなたの その運転 —