



安心していいよ

～ママ・パパになるための第一歩に～



甲斐市

はじめに

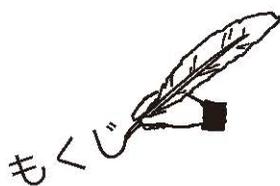
この冊子は、医療的ケアが必要なお子さんやご家族が地域の中で安心して生活ができるよう、甲斐市に住む医療的ケアが必要なお子さんを持つご家族からのメッセージなどをもとに作成したものです。

相談先の紹介や各種制度・サービス窓口の案内など、主に、出産後から乳児期、幼児期の育児のサポートになる内容が掲載されています。

子育ては一人ではできません。周りの協力や理解が必要となります。そのためにはどのようなサポートをお願いしたらいいか、整理する時にこの冊子を活用してください。

一人でも多くのママ・パパのお役に立てることを願っています。





あの頃の私へ
伝えたい
メッセージ

p1

出産から
幼児期までの
主な流れと
家族の心の動き

p5

医療的ケア児
コーディネーター
って？

p9

おうちでの
生活を
応援します

p11

生活環境
と
できること

p15

外に出かけて
みませんか？

p19

お出かけ
持ち物
チェックリスト

p23

こんな手続き
あります

p25

サービスを
利用して
みませんか？

p35

リハビリ(療法)は
いろいろあります

p37

親の会を
ご紹介！

p39

手作りの
ケアグッズを
ご紹介♪

p40

甲斐市周辺で
通える場所、
相談できる場所

p41

関連機関一覧

p43



今も病気のある子どもと生活をしている
ご家族が通った道を振り返り、
悩んだり、嬉しかったことを教えて
くれました。
少しでも安心できたら嬉しいです。



働けないなんて
ことはない！家族
に協力してもらって、
社会とつながる生活を
送ることは大事な
ことだと思います。

コロコロする音や、高い音や
テレビから聞こえる音など、
どんな音に反応するのか
色々試してみるのも
良いかもね

不安で不安でたまらない毎日が
ずっと続くと思っていると
思うけど、いつか落ち着く日が
来るから。焦らないで！！

100均が意外と使えるよ！
子どもの好きな色や好きな
キャラクターが分かるとさらに
生活グッズが楽しくなります。

誰かに聞いてもらいたい
気持ちはあるけど、
何を話したら良いか
分からないんだよね～
ママ友はそばにいるよ～
一人じゃないからね！

以前は泣くことも笑うことも
しなかった息子が、医療型通園
に行くようになって笑ったり
泣いたりするよう
になりました (^ ^) v



寝不足になって、心が不安定になるくらいなら寝ちゃお！
1日のうち体を休める時間を作ることも親のつとめだよ。

家族で沖縄旅行
行ってきたよ～

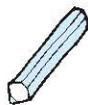
お医者さんは具体的なことは
教えてくれない。だって子ども
には可能性があるから。
だから信じてあげて！

働けない、将来が心配、
って漠然といろんな不安
があるのはみんなそう。
でも方法はいろいろ
あるからね。相談できる
人が必ずいるから！



無理して笑顔を作っ
ていた日々。もっと素直に
弱音を吐いて大丈夫だよ。
ママ友の存在は大きい。

本当の気持ち
伝えていいんだよ！！
たくさんの人に関わって
もらって、みんなで育てて
いこう！子どもも家族に
は笑っていてほしいって
きっと思っているから♡



ディズニーランド
やユニバーサル
スタジオはスタッフが
障がい児に慣れてい
て楽しめるよ。





一人で悩んだり、考え込んだりする前に、相談したり、気持ちを聞いてくれる人が近くにいることを忘れないでください。子どもたちは成長します。そして、豊かな感情を持っています。だから共に生活を作っていきます。

子どもの障がいが見つかった時、先が見えなくなり、目の前が真っ暗になりました。妻はとても辛かったと思いますが、自分も同じように辛く、でもなかなか弱音を吐きませんでした。時々は気持ちを伝えた方が良いと思います。

父親は友人や職場の同僚など周囲に話せる人が意外といません。だからこそ、子どもの行事に参加して知りあいを作ることをオススメします。

子どもの薬のこと、症状のことなど、ママはいっぱいばいになるので、代わりにお医者さんの話を細かく聞くようにしていました。

子どもが入院している間、お医者さんや看護師さんは主に妻へ声かけをしていました。妻はいっぺんにいろんなことを受け止めることになり、少しずつ余裕がなくなっていました。こんな時、自分はあまり必要とされていないのではないかという不安に陥りました。妻ばかり気にかけてもらい父親である自分も当事者なのにどうして・・・という思いばかり募り、逃げたくなる気持ちをグッと抑えていました。少しずつ、自分のできることは何かないかと考えているうちに、子どもが退院することとなり、妻も心に余裕が生まれてきて、子どもとの触れ合いが増えると、そんな気持ちもどこかに消えていました。

小さな変化や、小さな成長
だけでも、そんな幸せが
噛みしめられて楽しいです。

最初の頃は何をして良いか
分からないので、とにかく
奥さんのそばにいました。

NICUで娘は一生懸命
生きようとしていました。
その姿を見ていると、自分
の不安なんてちっぽけな
ものだと思いました。目の前
の子どもの命に全力で
向き合ってください！

パパになる実感は、子どもを
お風呂に入れるようになると
なんとなく湧いてくるので、
焦らずに！



仕事に行く途中で
登下校の子どもをみると
複雑な気分になりました。
状況を知らない知りあいに
子どもの事を聞かれ、
なんて答えて良いか
分からない時期が
ありました。

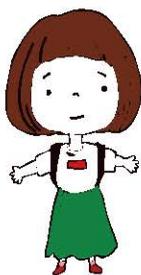
昔は、ネットが進んで
いなかったから、知らない
ことは周りの人に聞いたり
本を読んだりして調べて
いたけど、今はみんな
スマホで答えを見つける
ことができるから、つい
ネットの情報に頼ってし
まうと思います。でも、
もし分からないことがあ
ってもネットの情報だけで
答えを見つけようとしな
いでね。間違っている情報も
中にはあるから。

時間が経ってくると、それなり
に楽しく生活ができています。
楽しみがいろいろ増えてきます。





ママたちの声



Aさん

息子（保育園児） 必要なケア：胃ろう、吸引、吸入（冬のみ）

生まれて2週間検診の頃、授乳しなくなり、みるみるうちに体温が下がっていき、慌てて近くの小児科医に連れていきました。すると、呼吸が薄いとこのことで救急搬送！そこからICUでの生活が始まり、その後、喉頭分離の手術をするまでは入退院の繰り返し。2才で手術した後は、口からご飯を食べる練習ができたり、てんかんもおさまり、保育園に毎日通えるようになりました。リハビリも以前はてんかん発作があったために、なかなかできない日が多かったのが、最近は首を上げられるようになりました。



Bさん

娘（保育園児） 必要なケア：胃ろう、吸引、吸入など

妊娠中期より長期入院し、36週で破水。緊急帝王切開で生まれてきてくれた娘はわずか1000gでした。その小さな体で4回のオペと様々な合併症を乗り越えて、生後7か月で念願の退院をしました。自宅では酸素だけでは安定せず、呼吸器を使用したり、肺炎などのトラブルで、入退院を繰り返す日々でした。それでも3歳から通園を始めたことにより、娘の心身の成長を心から実感し、また、同じ境遇の親子との出会いにより私自身とても良い刺激を受けています。



Cさん

息子（3歳） 必要なケア：胃ろう、吸引、在宅酸素

妊娠中の経過は良好で、38週の時、破水があり、病院へ行き出産の時を待っていました。しかし、なかなかお産が進まず、突然下腹部痛が……。赤ちゃんが苦しんでいるということで緊急帝王切開での出産でした。生まれてきた赤ちゃんは新生児仮死、低酸素脳症と言われ、頭の中が真っ白になりました。今でも、もっと元気に産んであげたかったという思いは常にあります。ですが、たくさんの方が支えてくれて通園にも通えるようになり、ほんの少しの成長を喜べるようになりました。悩みを抱えているママさん、周りにたくさん頼ってください。素敵な出会いがたくさんあります。

私たちはこんな心の変化がありました

家族

今感じている心の言葉を
書いてみましょう

誕生

混乱の時期



思いも寄らない現実が訪れ、それでも毎日、子どものことで忙しくて悩んだり落ち込んだりする暇がありませんでした。



搾乳して NICU へ通っていました。管だらけの我が子を直視するのも辛く、明日があるのか不安な日々でした。



NICU でがんばる我が子を応援することしかできなかった。「会いに来て、声をかけてあげることがママの仕事だよ」と言われ面会に通いました。

入院

疲労の時期



ナースステーションの隣の相部屋が息子の部屋で、いつもいるんな音を聞きながら寝ていた姿を見ていました。いつまで続くのだろうと不安になっていました。



数十回も繰り返す入退院の日々。付き添いをする私の体も限界でした。



生きていくために、医療ケアが必要になり、素人の私にできるのか不安でした。福祉サービスや医療用語は全然分からなかったけど、相談しました。この時が一番心も体もつらかったなあ～。

退院・在宅

安定の時期



病院へは1ヶ月に1度の診察のみで、入院もなくなり、保育園にも行くようになって生活リズムが安定してきました。



通園を始めてから体力が付き、安定して過ごせるようになりました。家族で出かけることも増えてきました。



子どもの居場所ができて、気持ちが楽になってきました。相談できるママ友にも出会いました。

療育・通園

Q. どんなことをしている人なの？

A. 医療的ケアが必要だったり、重度の障がいがある方の支援を総合調整する相談員です。医療的ケア児等に対する専門的な知識と経験に基づいて、支援に関わる関係機関との連携を図り、本人の健康を維持しつつ、生活の場にいるいるな職種の人が包括的に関わり続けられるような仕組みを作るキーパーソンとなる人です。

Q. どんな機関がサポートしてくれるか知りたいので教えてください。

A. 本書のP43をご覧ください。甲斐市役所（福祉課・健康増進課・子育て支援課他）、保健所、甲斐市障がい者基幹相談支援センター、甲斐市社会福祉協議会など多くの方のサポートを受けられます。

Q. 保育園や小学校や卒業後のことなどもいろいろ知りたいので教えてください。

A. どんな教育機関があるか、学校生活はどんな内容かなど、お伝えしますね。

Q. 障害者手帳や日常生活用具などの手続きが分からないので教えてください。

A. 手帳の申請やおむつなどの日常的に使うものの補助が受けられる手続きは、お手伝いしますので、分からないことは聞いてください。

Q. 福祉サービスの利用方法について教えてください。

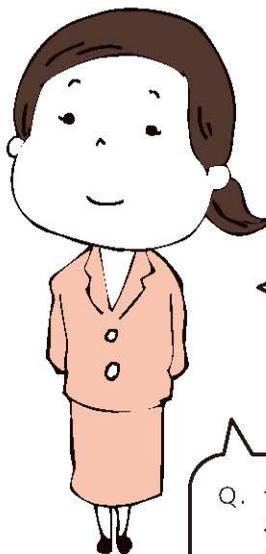
A. 本書のP35～P36をご覧ください。お子さんの生活に合ったサービスをお伝えします。

Q. うちと同じような子どもがいる家族と話をしたいのですが・・・

A. 全く同じ症状のあるお子さんは、なかなか見つけることができませんが、似たような悩みや経験をされた方をご紹介します。

Q. 在宅生活に不安があるので話を聞いてほしいのですが。

A. 不安に思うことはご相談ください。例えば、ご家族でのサポートの方法など一緒に考えていきます。



● 医療的ケア児等コーディネーターへのご相談・ご連絡は

障がい者基幹相談支援センター

甲斐市島上条 3163 （敷島保健福祉センター内）

時間：午前 8：30 ～午後 5：15

休日：土・日曜日、祝日、12月29日～翌年1月3日

☎ 055-267-7010

もしお近くに、病気のあるお子様がいるご家族で、医療的ケア児等コーディネーターのことを知らない方がいましたら、左記にご連絡いただけますようお願いください。

甲斐市役所 福祉部 障がい者支援課

甲斐市篠原 2610 （本館1階⑫番窓口）

時間：午前 8：30 ～午後 5：15

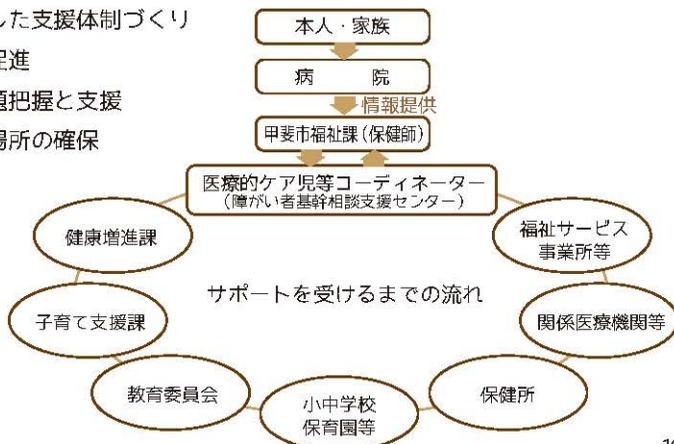
休日：土・日曜日、祝日、12月29日～翌年1月3日

☎ 055-267-7287



● 医療的ケア児等コーディネーターの主な役割

- ◇医療（病院等）、福祉（福祉サービス等）、保健（保健師等）、教育（保育園等）、行政（市役所等）との連携、連絡調整
- ◇家族、病院、かかりつけ医などからの在宅医療等に関する相談、情報収集
- ◇重度心身障がい者の事業所の受け入れ体制づくり
- ◇社会資源（さまざまなサービス等）の把握
- ◇医療的ケアが必要な対象者のリスト作成などの実態把握
- ◇ライフサイクルを見通した支援体制づくり
- ◇短期入所、体験利用の促進
- ◇ライフステージ事の課題把握と支援
- ◇ピアカウンセリングの場所の確保
- ◇緊急対応



退院後、家で医療的ケアの生活がはじまります。最初は不安だらけで、自分たちでどこまでできるのか、ミスしたらどうしよう・・・などと心配な気持ちばかりが先立ってしまうことでしょう。しかし誰もが通る道です。みんな不安を抱きながら、一緒に生活する嬉しさや楽しさを感じていきます。

医療的ケアのやり方については、医師や看護師のやり方をよく聞いて、入院中に練習をしてみて、分からないところがあったら分かるまで聞きましょう。そして、恐れずにやってみましょう。ただし毎日のことなので、やっていながら無理なくできる方法を見つけていきましょう。

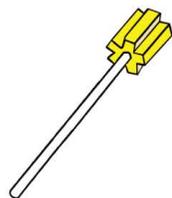
ここでは、経験者から聞いた「家ではこんなことをするといいよ」という内容や「知っておくと便利だよ」といった声をを参考にアドバイスを掲載！お子様の様子によって色々な方法があるので、あくまでも参考にして、自分の方法を見つけて下さいね！

便秘になったら・・・

胃や腸に物がたまっていると、横隔膜を押し上げ、肺を押し、呼吸がしにくくなります。「ウンチはどのくらいの頻度で出ているか?」「ガスがお腹にたまっていないか?」「お腹が膨らんでいないか?」などを気を付けて見ていきましょう。「最近ウンチが出てないな～」と思ったら、病院では下剤を処方されたり、浣腸を教えてもらうと思いますが、少しお腹をマッサージをしてあげると腸が刺激され排便を促してくれるかもしれません。お子様の無理のない範囲で良いと思いますので、本人ができるだけ自分の力で排便、排ガスができるようにしてあげてください。

歯が生える前と生えた後は・・・

口のケアのことを「口腔ケア」と言います。歯の生え方は個人差がありますので、おおよそ下の真ん中の歯が2本生えてきたら口腔ケアのスタートです。最初は歯磨きではなく、ガーゼを指に巻いて歯茎を軽くマッサージする感じでケアをしましょう。口の周りが敏感なお子様は、嫌がる場合があります。ゆっくりと慣れていけるようにちょっとずつやっていきましょう。

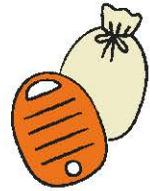
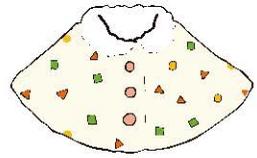


経管栄養をしていて、口から食事をしていないからうちの子は歯磨き不要・・・というわけではありません。口腔内に歯があると、食事をしていなくても歯周病や虫歯になることがあります。ですのでガーゼやスポンジブラシや歯磨きで清潔を保ちましょう。

吸引の必要なお子様の口腔ケアをする時は必ず吸引器を側においてやるようにしましょう。

冬は肩や手足を温めて・・・

吸引を必要とするお子様は、冬になると気温が下がり乾燥するので痰や鼻水の量が増えます。そのため吸引の回数が多くなります。特に、夜中や朝方は急に気温が下がるので、部屋を暖かくしたり、加湿器を用意したり、電気毛布などを用意する必要があります。幼児期は特に掛布団が大きいので、首まわりが冷えたり、足や手を動かし、布団から出してしまうことがあります。手袋や靴下を履かせる以外に、湯たんぽを足元に入れたり、首に掛ける小さなマントのようなものがあるので、それを付けて寝ると肩も冷えずに体温を保つことができます。(気管切開をしているお子様は使用する前に医師に相談してください)



外出する時は靴を履こう

バギーや子供用車椅子などに乗っていると、つい靴を履かなくても良いのでは？と思う親御さんもいるかと思いますが、足が大きくなって市販の靴が履ける大きさになってきたら、ぜひお子様の好きな色や足にあった靴を揃えてあげてください。



靴を履いていると、外出時に何かにぶつかってしまった時、足を保護しますし、冬は足先の防寒になります。つつい忘れてしまいがちで、しかも履かせたり脱がせたり面倒なんて思ってしまうところではありますが、ぜひ靴を履いてお出かけをしましょう。

リハビリで使用する場合や足の変形などによる装具が必要なお子様は、リハビリの先生に一度相談してみてください。

感覚を育てよう

音や光に過敏なお子様には、恐くないということを知ってもらうためにできるだけ子どもの目の前で音を鳴らしたり、電気を消したり点けたりする前に「電気を点けるよ~/消すよ～」と声かけをするなど、認識できるように導いてあげてください。

皮膚感覚の刺激が苦手なお子様には、気持ち良いと感じられる感触のものから慣れていけるようにしていきましょう。例えば、粘土は苦手だけど砂は大丈夫であれば、手に砂を乗せることから始めて、少しずつ水を含ませたものに触らせてみたり・・・と段階を追って経験を積んでいってください。

楽しいと感じられることを増やしてあげて、さまざまな感覚を養ってあげてください。

一緒に作ろう！一緒に楽しもう！

つつい医療的ケア（吸引、呼吸器管理、経管栄養など）や薬のこと、それ以外に、本人の体調や通院などいろいろなことに時間が追われ、ゆっくりとお子様と触れ合う時間を作り忘れてしまうことと思います。お子様はママやパパと一緒にいる時間が何よりも安心できて、楽しいのです。例えば、感覚を養うためのおもちゃを一緒に作ってみるのも良いと思います。小さいペットボトル（ヤクルトの容器やヨーグルトの容器など）は持ちやすいので、その中にキラキラ光る大きめのビーズを入れたり、お豆を入れて鳴らすものを作ってみましょう！



シートでブランコを作って揺らす遊びも楽しいと思います。ふだん手足に力が入りやすかったり、体を反るなどの傾向があって少し筋緊張がある場合は、音楽や歌を歌ってリズムに合わせて手をグー・パーにしてあげたり、ベビーオイルを手に取り、優しく足や手のマッサージをしてリラックスさせてあげるのも良いと思います。

触れる、関わる、笑顔を見せる、声を聞かせるなどの行為は、お子様を安心させることももちろんですが、感覚を養うためにとても大切な刺激となります。そして、親も心がリラックスできる時間となるのでお互いに大事なことなのです。



災害時の準備をしておきましょう！

◆まず知っておいて欲しいこと！

甲斐市では

「障がいのある方のための防災マニュアル」があります。

まず、お時間のある時にこれを読んでみてください。

防災マニュアル
Check!



災害が起きた時、避難する場所にはいくつか種類があります。

- ①一時避難場所（災害を一時的に回避する場所）
 - ②指定避難場所（近くの公立の小中学校、短期間の避難生活場所）
 - ③福祉避難場所（障がいのある方や要介護者などが指定避難場所への避難が困難な場合の避難所）
- 災害発生時、まずは命を守るために安全な場所への移動をします。その後、①・②どちらかの避難場所に向かいます。福祉避難場所は災害発生時すぐに利用できるわけではなく、福祉避難場所の利用が必要であると判断されてからの移動となります。

また、主治医にも避難時の対応について聞いておくとも良いでしょう。お子様の体調によっては、災害時はすぐに病院へ連絡するように指示をされることもあります。



災害時の準備をしておきましょう！

◆避難時の対策

避難所の位置が分かったら、お時間のある時に、一度お子様を連れて歩いて行ってみてください。行くまでの道でバギーや車椅子が通れるのか？道の脇に木やブロック塀など倒れてきそうなものがあるか？川や水路があるか？など危険な状況にどう応じるかを考えてみてください。

可能でしたら、地域の避難訓練に参加して、近所の人たちとのつながりをもっておくことをオススメします。吸引器や人工呼吸器などを持って避難するには人手がないと難しい場合もあります。日頃から近所の人たちに顔を覚えてもらっておくと、いざという時に声をかけやすいと思います。近所の人も手を差し伸べやすいと思います。

「災害時要援護者情報登録制度」があります。「甲斐市避難行動要支援者名簿の登録」をしておくことと警察、消防、民生委員、自治体などで情報共有がなされ、災害時に役立てるといえるものです。もしもの時のために登録しておくことも良いでしょう。

◆避難時の持ち物

避難所では生活に必要なものが揃っているとは限りません。避難時にすぐに持ち出せるように、あらかじめ避難グッズを用意しておきましょう。最初に医療的ケアの必要なお子様の持ち物は、どんなものが何日分必要なのかリストにしてみましょう。

- | | |
|---------------------|----------------|
| 例えば・・・(1週間分) | ・水 1ℓ ペットボトル5本 |
| ・経管栄養のボトルとチューブ 1セット | ・障害者手帳 |
| ・経管栄養 1週間分 | ・電気毛布 |
| ・シリンジ(10ml) 10本 | ・吸引器(バッテリー充電器) |
| ・薬 1週間分 | ・体温計 |
| ・人工鼻とカニューレホルダー | ・パルスオキシメーター |
| ・S字フック | ・酸素ボンベ など |

◆停電に対する対策

人工呼吸器、酸素濃縮器、パルスオキシメーター、吸引器、吸入器など電源を必要とする医療機器は、常にバッテリーの充電をしておきましょう。バッテリーの替えがあるとより安心です。

- ①バッテリー駆動で何時間持つのか把握しておきましょう。
- ②酸素ボンベは残量がどのくらいあるかをチェックしておきましょう。
- ③パルスオキシメーターは持ち運びのラクな小さいものがあるので、1つ持っておくと良いでしょう。
- ④吸引器は手動式のものもあります。軽量で安価なので、不安な場合は検討してみるのも良いでしょう。

避難場所で電源に関してどのように使用できるのか？避難場所に医療機器はどのようなものがあるのかをあらかじめ調べておくと良いでしょう。

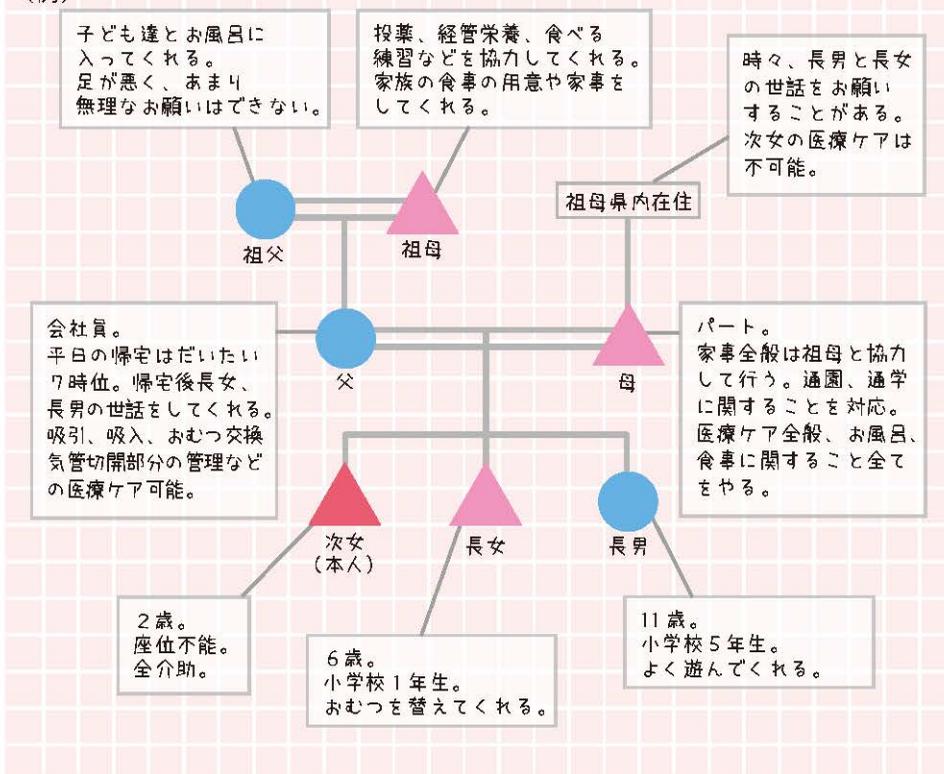


生活環境とできること

お子様の家での生活において、一緒に住む家族とどんな関わり方をしていって良かったかを考えていきます。お子様のことをあなたが全部やる必要はないのです。周りの方たちと一緒に協力して楽しい育児をしていきましょう。

お子様の生活環境を書いてみましょう！

(例)



記号説明 △…女性 ○…男性 ≡…婚姻関係 ※右から長男、または長女

生活の中で気づいたことを書いてみましょう！

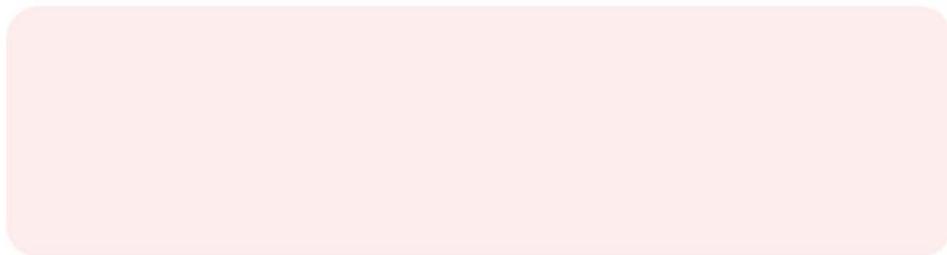
(例)

- ・次女がいずれ大きくなった時に、お風呂やおむつ替えを家の中でどうするか考えておこう。
- ・私(母)が次女の世話ができない時(病気、ケガなど)のために、主人(父)に教えておくべきことは？
- ・次女の保育園を調べないと、長女と長男の用事の時に送迎などはどうしよう？

お子様の生活環境を書いてみましょう！



生活の中で気づいたことを書いてみましょう！



次に、「誰が」「何を」できるかを整理して、「何を」「誰に」お願いができるかを考えてみましょう。あなた一人で全てのことを抱え込む必要はありません。できることをやってもらって、お子様が楽しく安心して生活できる環境を整えてあげましょう。場合によっては訪問看護師やヘルパーなど外部の協力を上手に利用してください。

日常で何をする必要があるかピックアップしてみましょう！

(例)	日常の医療ケア	主な担当	交代できる人
	吸入（気管切開部分）	母	父・祖母・祖父
	薬の整理、管理	母	父
	投薬準備	母	父・祖母
	おむつ替え	母	祖父以外
	食事の準備	祖母	母
	食事の練習	祖母	母
	お風呂に入れる	母	父
	吸引（気管切開部分・鼻・口）	母	父

病院の受診や、市役所の手続きなどお子様のことでメインで動くのは一番近い家族（母親もしくは父親）になると思います。お子様のことでいろいろな決断をしなければならないことが多いので、母親や父親が一番の司令塔になることでしょう。

そして、ご家族の中で得意不得意があったり、世話のできる範囲は違うので、よくコミュニケーションをとって、協力をしてもらってください。



日常で何をする必要があるかピックアップしてみましょう！

日常の医療ケア	主な担当	交代できる人

外に出かけてみませんか？

退院してからしばらくして、家での生活が落ち着き、リズムがつくれてきたら、今度はお子様と一緒に外に出かけてみましょう。最初は庭や家の周りなど近所をちょっと散歩することで、気分も少し晴れやかになります。そしてお子様もきっと空を見たり、風を感じたり、いろんな音を聞いて新しい感覚を感じるでしょう。

できれば、温かい日差しの中で短時間の散歩からスタートしてください。日照や気温にデリケートなお子様は、お子様にとってちょうど良い気候の時を選んでください。

※外に出かける前に、主治医に相談してみてください。

外出してみるとわかりますが、どんなものを持ち歩くと良いか、道はガタガタしていないか、トイレはどうするのかなどいろんな発見ができます。ちょっとずつ練習していきながら、距離を伸ばしていきましょう。



甲斐市のオススメ

さ

ん

ぽ

み

ち

チェックポイント



スロープの道があります

無理なく、ゆっくりとお散歩するためにはスロープがないと親は大変です。



水の遊び場があります

夏の時期は、水がある公園で足や手だけでも水に浸けて遊ぶとお子様は喜びますよ。



トイレにおむつ交換台があります

もし、無い場合は、車中になります。着替えを持っていくことをオススメします。



遊具があります

体に負担のないものに抱っこしながらチャレンジしてみるのも良いかも。



日陰があります

日陰で休憩を何回かしながらお散歩に慣れていきましょう。



駐車場が近くにありますが

障がい者専用があるかということも重要です。



自動販売機があります

体温調整に急遽冷たいもの、もしくは温かいものが必要になることもあります。



芝生があります

寝転んで、太陽の光を感じたり、風を感じる時間はとても大切です。

赤坂台総合公園(ドラゴンパーク)



広い芝生があり、遊具や展望台があるので兄弟と一緒に
お出かけするのも楽しいです。駐車場から道路を渡って
公園まで平らの道で、しかも園内はゴムチップウレタン
補装なので、振動が少なく移動ができます。遊具の近く
のトイレにおむつ交換台があります。



玉幡公園 (Kai・遊・パーク)



広大な芝生公園を中心に親水設備の「修景のせせらぎ」
があり、安心して水遊びができるほか、建物の裏にある
遊具の広場は砂地になっています。たくさんの花々が咲
き誇る花壇があり、季節を通して楽しめる公園です。
公園入口には障がい者用の乗降場があります。



敷島総合公園



敷島総合公園は、市街地の北部に位置し、緑豊かな自然
環境に恵まれた公園です。2月頃には梅園の色とりどりの
梅が見頃となり、梅園までスロープの道があります。
総合公園運動場が隣接しており、その脇にある芝生で休
むことができます。東屋など日陰もあります。



信玄堤公園



駐車場近くにおむつ交換台のあるトイレがあり、土手の方へ目を向けると「聖牛」と呼ばれるものがあり、土手を歩く場合は、芝生道になっています。公園内は一部階段になっているところもありますが、ほとんどが芝生になっているので、気持ちの良い散歩コースになります。



双葉水辺公園



釜無川の河川敷に沿って位置し、恐竜遊具、芝生広場、じゃぶじゃぶ池、バーベキュー用のカマドなどを設置した公園です。園内に東屋がありますが、木陰が少ないため、夏場のお出かけには帽子や日よけを忘れずに持っていくと良いでしょう。



西八幡公園



釜無川レクリエーションセンター〈かまなしの湯〉に隣接する公園です。もし体調に不安がある場合などはセンター内で休憩できます（入館料あり）。おむつ交換台のあるトイレは道を挟んですぐ横にある釜無川スポーツ公園の中にあります。ゆったりとお散歩のできる公園です。



先輩ママ・パパたちから
アドバイス！【お出かけ編】

小さいうちは良いのですが、体が大きくなるとおむつ交換台では小さくて、障がい者トイレでユニバーサルシート(大人用ベッド)があるところが必要になってきます。でもなかなか見つからないんですよ～。

外を歩く時はこまめに水分をとったり、日陰で休むなどして、長時間歩き回らない方がいいです。私は暑い日は、体温計や保冷剤を持ち歩くようにしています。冬は吸引が多くなるので、比較的小まめに控えています。できるだけ体温が下がらないように、ホッカイロを持ち歩いたり、毛布をかけて出かけるようにします。

車には予備の注入用具一式とケア用品を常に乗せてあります。車用電源があると医療機器の充電に安心です。注入ポンプは、あると本当に助かります。体温調節のため、毛布やアイスノン、扇風機などは季節に合わせて持っています。外出時はオムツ替えスペースが見つからないことがあるので、尿取りパットと併用します。チャイルドシートやバギーには使い捨てのオムツ替えシートなどを敷いておくとうち衛生的です。

駅やデパートなどでエレベーターを使う時、いつも以上に時間がかかります。1人で歩くのと違って、他の人への配慮が必要となり最初はいろいろ大変ですが、余裕をもってお出かけすれば大丈夫！

買い物などに行くときは、目的をもって行くと、良いかもしれません。楽しんでお出かけできる方法を自分なりに見つけてみてください。

渋滞が心配な場合、車中での注入を考えておきます。

S字フック、水筒にお湯、水のペットボトル、薬を溶かす紙コップ、注入の備品一式などを1セットにして持っていくようにしています。ただし、うちの子は比較的胃が丈夫なのが、揺れていても吐かずにいられますが、吐きやすいタイプの子は車中注入はオススメしません。

公園に行く時は必ず東屋があるところ、もしくは日陰のベンチがあるところがあるかをあらかじめ調べておきます。食事はミキサー食を胃ろうで注入しているの、家から持って行きます。外出を始めた頃、いろんな音や見えるものの刺激に疲れてしまっていたのですが、本人の好きな食べ物を持っていき、少しでも外出が楽しいと感じられるように工夫していきました。

お出かけ持ち物チェックリスト

お出かけや外泊ができるようになると、その都度、持ち物を用意しなければなりません。何度か経験をすると、だいたい何をもっていけば良いかがわかっていきますが、最初は不安だらけです。「外出先で、もし〇〇があったらどうしよう～」だとか、「忘れ物をしてしまった場合、ドラッグストアにもスーパーにも売ってないし、、、大丈夫かな？」など心配をしてしまったらキリがないのですが、まずは何が必要か、落ち着いて考えられる時に洗い出してみましよう。

※下記は経鼻経管栄養をしている子どもの場合をイメージして一部を掲載させていただいています。お子様の状態によって持ち物は違います。

●必要な物チェックリスト〈ちょっとお出かけ編（冬）〉

(例)

- 吸引用具一式（吸引器・手指消毒液・手袋・カテーテル・アルコール綿・水）
- おしりふき・紙おむつ・ビニール袋
- ニット帽子・手袋・靴
- 毛布
- タオル・ハンドタオル2枚
- バギー用日よけ
- スポン着替え

●必要な物チェックリスト〈外泊編〈1泊を想定〉（夏）〉

(例)

- 吸引用具一式（吸引器・手指消毒液・手袋・カテーテル・アルコール綿・水）
- 注入用具一式（経管ボトル、経管チューブ・シリンジ・S字フック）
- 食事用具（エネーボ・湯・水・スプーン・薬6回分+予備・紙コップ）
- 拭くもの（手口ウェットシート・ガーゼ2枚・ハンドタオル2枚）
- 服装（上着2枚・下着2枚・ズボン2枚・靴下・カーディガン・帽子・靴）
- 排せつ用品（紙おむつ・おしりふき・ビニール・おむつ入れ・防水シート）
- 非常用（酸素ボンベ・アンビュー・酸素濃度モニタ（携帯用）・保冷剤）
- 手帳類（障害者手帳・健康保険証・お薬手帳・診断書）
- お風呂セット（ベビーオイル・バスタオル・タオル2枚・シャンプー・リンス）
- お風呂セット2（バスタブ・滑り止めシート）
- ケアグッズ（クッション・栄養チューブ・固定用テープ・聴診器）

●必要な物チェックリスト〈ちょっとお出かけ編〉

<input type="checkbox"/>	_____

●必要な物チェックリスト〈外泊編〉

<input type="checkbox"/>	_____

※書いたものをコピーしておく、次回お出かけの際に再活用できます。経験が増える
と持ち物の要・不要が分かってきますので、見返しチェックしてみてください。

手帳の交付について



◆身体障害者手帳（赤い手帳）

身体障害者
手帳

視覚、聴覚、内部機能、肢体不自由など回復がきわめて難しいとされる身体的障がいがあるお子様が各種福祉サービスを利用する時に必要な手帳です。

指定医師の意見を参考に県知事が障がいの程度を決定します。

- ◆障がいの程度：1級～7級（6級以上が手帳交付）
- ◆申請に必要な書類
 - ・身体障害者手帳交付申請書→甲斐市 窓口で用紙をもらってください。
 - ・指定医師の診断書、意見書→甲斐市 窓口で用紙をもらってください。
 - ・ご本人の顔写真1枚（縦4cm×横3cm※1年以内に撮影したもの）
 - ・認印
 - ・マイナンバー通知カードまたはマイナンバーカード（個人番号カード）

◆療育手帳（青い手帳）

療育手帳

知的障がいがあるお子様が各種福祉サービスを利用する時に必要な手帳です。中央児童相談所にて判定し、その後県知事により障がいの程度が決定されます。

- ◆障がいの程度：A1、A-2a（最重度）、A-2b、A3（重度）、B1（中度）、B2（軽度）
- ◆申請に必要な書類
 - ・療育手帳交付申請書→甲斐市 窓口で用紙をもらってください。
 - ・ご本人の顔写真1枚（縦4cm×横3cm※1年以内に撮影したもの）
 - ・認印

◆精神障害者保健福祉手帳（緑の手帳）

障害者手帳

精神疾患（知的障がいを除く）があり、日常生活や社会生活に制限があるお子様が各種福祉サービスを利用する時に必要な手帳です。

指定医師の意見、障害年金等を参考に県知事が障がいの程度を決定します。

- ◆障がいの程度：1級～3級
- ◆申請に必要な書類（医師診断書添付による申請）
 - ※精神障がいによる障害年金を受給していない方が対象
 - ・障がい者手帳等交付申請書→甲斐市 窓口で用紙をもらってください。
 - ・医師の診断書（精神保健指定その他精神障がいの診断又は治療従事の医師）
 - ・ご本人の顔写真1枚（縦4cm×横3cm※1年以内に撮影したもの）
 - ・認印
 - ・マイナンバー通知カードまたはマイナンバーカード（個人番号カード）

甲斐市窓口（申請書提出、お問い合わせ先）

- 甲斐市役所 竜王庁舎 福祉課 障がい者生活支援係 新館 1F 12番窓口 TEL.055-278-1691
- 甲斐市役所 敷島支所 市民地域課 福祉健康係 3番窓口 TEL.055-277-3112
- 甲斐市役所 双葉支所 市民地域課 福祉健康係 1F 3番窓口 TEL.0551-20-3650

手帳交付のポイント①

おおまかな流れは、

1. 申請書等の用意をします。
 2. 指定医師に診断書ををお願いしておきます。
 3. 書類が全部そろったら市役所へ提出。
 4. 審査、手帳発行。
 5. 手帳を市役所へ受け取りにいきます。
- ※療育手帳と精神障害者保健福祉手帳はちよつと違うので注意してね。

手帳交付のポイント②

各種福祉手当や助成費などの申請に手帳が必要となります。まずは、手帳の申請を先に進めておくことと後々スムーズに手当や助成費の申請ができますよ。

手帳交付のポイント③

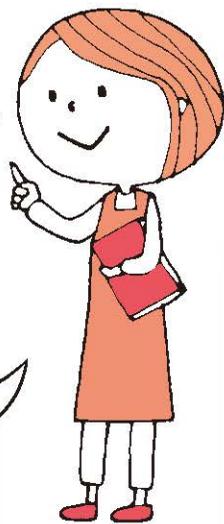
医師の診断書に時間がかかることや、県での審査、発行までの時間がかかることを考慮しておくといいでしょう。

手帳交付のポイント④

医師の診断書を申請する時、領収書と「心身障害者認定文書料助成金支給申請書」を一緒に提出すれば市で全額助成してくれます。

手帳交付のポイント⑤

公共施設はもちろん、アミューズメントパークや電車や飛行機に乗る時などさまざまな所で手帳を持っていると割引や待遇が受けられます。行動範囲が広がり、お子様の体験が増えることはとても大切なことなので、手帳を持ってお出かけできるように早めに申請をしておきましょう。



◆特別児童扶養手当

身体または精神に中程度以上の障がいのある 20 歳未満の児童を監護する父母や養育者に支給されます。

●手続き

市役所窓口で必要書類を添えて請求手続きし、県知事の認定をうけて支給されます。

●必要書類

市役所ホームページにてご確認ください。

●手当の支払い

認定請求をした翌月分から 4 月、8 月、11 月の年 3 回、支払月の前月分までの手当でが支払われます。(※11 月は当月分まで。 ※所得額により支給制限があります。)

手当の額は市役所ホームページにてご確認ください。

●手当が受けられない方

児童、父母、養育者が日本国内に住所がない場合。

児童が障がいを支給事由とする公的年金を受けることができる場合。

児童が、児童福祉施設などに入所している場合。



◆児童扶養手当

ひとり親家庭の児童(18 歳になって最初の 3 月 31 日まで)を監護する母(または父または養育者)が一定以下の所得である場合に支給されます。

●手続き

市役所窓口で必要書類を添えて請求手続きし、福祉事務所の認定をうけて支給されます。

●必要書類

担当までお問い合わせください。

●手当の支払い

認定請求をした翌月分から 5 月、7 月、9 月、11 月、1 月、3 月の年 6 回、支払月の前月分までの手当でが支払われます。(支払日は 11 日)

※所得により手当額は異なります。手当の額は市役所ホームページでご確認ください。

●児童に関して

政令の定める程度の障害のある状態の児童を監護している場合や、特別児童扶養手当の受給を受けている場合は、児童が 20 歳になる誕生日前日の属する月まで児童扶養手当を受給することができます。



◆産科医療補償制度

分娩に関連して発症した重度脳性麻痺児とその家族の経済的負担を補償する制度です。申請期限はお子様の満 1 歳の誕生日から満 5 歳の誕生日までとなります。

●手続き

出産した医療機関に連絡し、補償申請書類一式を運営組織より取り寄せる依頼をしてください。

詳しくは山梨県のホームページにてご確認ください。



◆障害児福祉手当

精神（知的を含む）または身体に重度の障がい有するため、日常生活において常時介護を必要とする在宅の20歳未満の児童に支給されます。

●手続き

市役所窓口で必要書類を添えて請求手続きし、福祉事務所の認定をうけて支給されます。（肢体不自由児の場合、原則満3歳を迎えてからの申請となります。）

●必要書類

市役所ホームページにてご確認ください。

●手当の支払い

認定請求をした翌月分から2月、5月、8月、11月の年4回に分けて支給されます。（※所得額により支給制限があります。）

手当の額は市役所ホームページにてご確認ください。

●手当が受けられない方

児童が障がいを支給事由とする公的年金を受けることができる場合、肢体不自由児施設などに入所している場合。



◆甲斐市心身障がい者（児）福祉手当

身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳を取得している児童の内、特別児童扶養手当や障害児福祉手当の認定を受けているが所得制限で支給対象外となっている児童対象。

●手続き

市役所窓口で必要書類を添えて申請し、市長の認定をうけて支給されます。

●必要書類、申請方法について

市役所ホームページにてご確認ください。

●手当の支払い

認定請求をした翌月分から7月、11月、3月の年3回、支払われます。

手当の額は市役所ホームページにてご確認ください。

●対象者

- ・特別児童扶養手当、障害児福祉手当、特別障害者手当の認定を受けており、手当が所得制限により支給されていない障がい者（児）の方
- ・身体障害者手帳4級以上の方
- ・療育手帳A、Bの方
- ・精神障害者保健福祉手帳1級、2級の方
- ・障害基礎年金1級、2級が支給されている方



更新日がそれぞれ違います。
また、更新時には必要書類がありますので、
余裕をもって更新手続きを行ってください。
分からないことがありましたら、コーディネーター
や保健師、市役所の担当窓口職員がお聞きしますので
お気軽にご相談ください。



助成について

◆重度心身障がい者(児)医療費助成

重度の心身障がい者(児)が通院及び入院をしたときの保険診療費の自己負担分を助成します。

●対象者

- ・身体障害者手帳 1 級～3 級の児童
- ・療育手帳 A の児童
- ・精神障害者保健福祉手帳 1 級、2 級の児童
- ・特別児童扶養手当 1 級、2 級受給者の対象児童



●手続き

市役所窓口で必要書類を添えて申請し、市長の認定をうけて支給されます。
(所得制限があります)

●必要書類、申請方法について

市役所ホームページにてご確認ください。

●助成方法〈窓口無料方式(中学生まで)〉

医療機関を受診する際に「重度心身障がい児医療費助成金受給資格者証」と「保険証」を提示すると、窓口無料により助成されます。詳しくは市役所にお問い合わせください。

高校生までの入院時の食事代や、県外の医療機関を受診した場合は、医療機関に支払った領収書と受給資格者証を持参し、市役所窓口で申請することで助成されます。



◆小児慢性特定疾病の医療費助成

慢性疾病にかかっていることにより長期にわたり療養を必要とする児童の健全な育成を図るため、慢性疾病のうち、国が定める慢性疾病について指定医療機関で受けた医療の医療費の一部を助成しています。

●対象者

山梨県に居住する18歳未満の児童で厚生労働大臣が定める慢性疾病に罹患する児童で、提出した医療意見書(診断書)が厚生労働省の研究事業等の基礎資料として使用されることに同意する方が対象です。対象疾病はホームページにてご確認ください。

●必要書類、申請方法について

山梨県のホームページにてご確認ください。



◆自立支援医療費(育成医療)

18歳未満で身体に障がいや病気があり、治療を行わないと将来障がいを残すと認められる疾患のある児童で、手術等の治療によって確実な治療効果が期待できると認められる児童に対して、医療費の一部を助成する制度。

●医療の主な例

心臓手術、人工透析、じん移植手術、肝臓移植手術、抗HIV療法、関節形成手術、角膜移植手術、外耳形成手術、唇顎口蓋裂による歯科矯正治療など。

●手続き

市役所窓口で必要書類を添えて申請し、市長の認定をうけて支給されます。

●必要書類

市役所ホームページにてご確認ください。

●自己負担額

原則、医療費の1割を負担していただきます。

ただし、「世帯」の所得水準等に応じて、ひと月当たりの負担に上限額を設定しています。

●該当児童、支給対象外に関して

市役所ホームページにてご確認ください。



住宅関連の助成について

◆在宅重度身体障がい者住宅改修費の助成

日常生活を営むのに不便と感じるところを改修し、快適な生活が可能となるように居宅生活動作補助用具の購入費及び改修工事費を助成します。

●対象者

乳幼児以前の非進行性脳障害による運動機能障害（移動機能障害に限る）を有する身体障がい者で、障害程度等級3級以上の方。

●対象となる改修

手すりの取り付け、床段差の解消、滑り防止及び移動の円滑化等のための床材の変更、引き戸等への扉の取り替え、洋式便器等への取り替え
※新築は対象外です。

●手続き

必ず、改修前に申請してください。（改修後では助成が受けられません）

1世帯につき1回限りです。賃貸住宅の場合は住宅所有者の承諾が必要となります。公費負担の割合は所得の割合によります。

基準額を超える差額分については、全額自己負担となります。

●必要書類、申請方法について

市役所ホームページにてご確認ください。

◆家具転倒防止対策助成

地震発生時における家具の転倒による事故防止により、安全を確保することを目的として、家具等の転倒防止のための費用を助成します。

→詳しくは市役所ホームページにてご確認ください。



交通手段の減免・割引について

◆自動車税・軽自動車税・自動車取得税の減免

身体障がい者の積極的な社会活動の一助となるよう、自動車に関する税金の減免があります。

減免申請する自動車を、専ら身体障がい者等の通学、通院、通所、通勤のために週3日以上もしくは総使用日数の50%以上使用している場合。詳しくは山梨県ホームページにてご確認ください。



◆福祉タクシーシステム制度

◆タクシー運賃割引制度

◆旅客鉄道等の旅客運賃割引

◆バス運賃割引

◆有料道路通行料金割引

◆航空旅客運賃割引

◆自動車燃料費助成制度

◆介助用自動車購入等助成制度

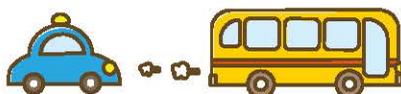


◆重度心身障がい者タクシー助成券の交付

自動車税・軽自動車税の減免を受けた方は対象になりません。



◆その他、介護タクシーやノンステップリフトバスなど



日常生活用具の給付について

在宅障がい児、難病患者等を対象に日常生活の利便を図る生活用具の給付をしています。

● 支給要件

障害者手帳の所持者、または難病患者等であり用具の給付を必要とする児童。

購入前の申請であること。(購入後の申請は支給対象外です)

利用者世帯の中で、市民税所得割額が46万円以上の方がいる場合は対象外となります。

● 必要書類、申請方法について

市役所ホームページにてご確認ください。

● 主な日常生活用具対象品目

- ① 紙おむつ (3歳以上の障がい児対象)
- ② 電気式吸引器
- ③ ネブライザー (吸入器)
- ④ 酸素ボンベ運搬車 など



補装具の給付について

身体の障がいを補うための用具(補装具)の購入、借受けまたは修理に要する費用を支給します。

● 支給要件

身体障害者手帳の所持者、または難病患者等であり判定により補装具を必要と認められた児童。

購入前の申請であること。(購入後の申請は支給対象外です)

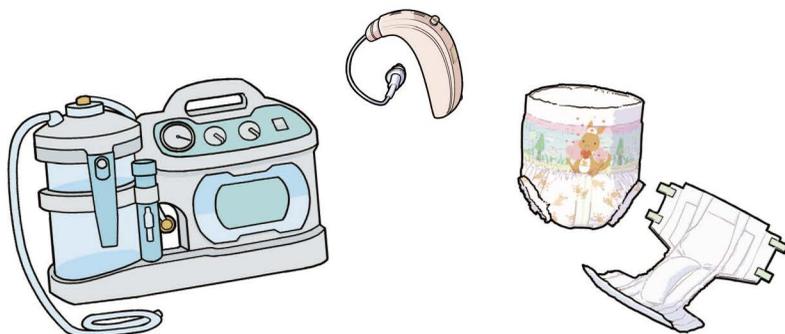
利用者世帯の中で、市民税所得割額が46万円以上の方がいる場合は対象外となります。

● 必要書類、申請方法について

市役所ホームページにてご確認ください。

● 主な補装具対象品目

- ① 車椅子
- ② 補聴器
- ③ 眼鏡 など



手当・助成の書類申請のポイント

市役所で申請するものと、保健所で申請するものがありますので、ご注意ください。いくつかまとめて申請する場合、同一書類を同じ申請先に提出する場合には限り、同じ書類を何枚も用意しなくても良い場合があります。あらかじめ確認してみてください。



ホームページに「障がいのある方のためのガイドブック」など各種ガイドブックを掲載しています。

補装具の給付申請のポイント

主に、リハビリの先生からお子様に向う補装具を教えてもらえます。家での生活に慣れてきた頃に、どんなライフスタイルがお子様に向うか考えながら相談すると良いと思います。

各申請のポイント
教えます！

どの申請も時間を要するものです。よく計画して余裕を持って準備するようにしてください。

自動車税減免の申請のポイント

「身体障害者等と住居及び生計を同一にする方が運転する場合」という区分になります。通院、通園の頻度の高いところで「使用目的証明書」を書いてもらうため余裕をもって申請をするようにしましょう。

日常生活用具の給付申請のポイント

病院を退院して家で生活を始める時に必要なものがある場合は、入院中に手続きを進めましょう。用具を購入する時、購入先をネットで探しても良いですが、後々買い足す時、購入しやすいことを考えて家から近いお店を、病院やコーディネーターに聞いてみるのも良いでしょう。

サービスを利用してみませんか？

お子様の成長には多くの方の協力が必要です。さまざまなプロの手を借りて表情が豊かになったり、出来なかったことができるようになったり、ご家族の楽しみが増えたりと経験を積み重ねることでお子様と共にご家族の生活も安定していきます。まずは、コーディネーターにどんなサービスがあるか聞いてみましょう。

在宅医療で不安な時・・・

1 訪問看護サービス

医師の指示による医療処置や在宅酸素、人工呼吸器、バルブカテーテル、胃ろうなどの管理処置などを看護師が家に訪問して行います。主に、健康状態の観察、服薬管理、病状悪化の防止・回復、療養生活の相談とアドバイスなど。お子様の病気や障がいに合わせて、ご家族寄り添って支援します。

.....

在宅でのお手伝いが必要な時・・・

2 訪問介護サービス

介護福祉士や訪問介護士（ホームヘルパー）が家に訪問して食事や入浴の補助や着替え、通院介助などをします。例えば、呼吸器をつけているお子様をお風呂に入れる時は、数人で介助をしながら入浴するのでお子様もご家族も安心して寛ぎの時間を過ごせます。ご家族にとってスムーズにできることや安心できることが増えていきます。在宅介護を一人で悩む前に相談してみてください。

.....

日中ちょっと預かってほしい・・・

3 日中一時支援サービス

ご家族の一時的な休息は大事な時間です。そんな時、安心して預けられる場所があります。事前に連絡して日時を決めてお願いをするため、突発的な用事に対してはなるべくお断りしています。多くの利用者さんが日常的な介護を無理なく続けられるために、このサービスがあります。ご相談いただいた後、医療ケアに対応できるスタッフのいる施設をご紹介します。

.....

未就学のお子様の通える場所・・・

4 児童発達支援サービス

医療型の通園（医師常駐）ではお友達と一緒に絵本を読んだり、絵を描いたり、お散歩したりといろいろな活動を通して楽しい時間を過ごします。先生方がひとりひとりの性格や特徴、病症にあわせてさまざまな感覚遊び、発達療育をおこなってくれます。手や足や顔を使ってお子様の心を育てます。

また、リハビリは理学療法、作業療法、言語療法、音楽療法などによる活動や生活サポートをしていきます。（詳しくは次ページをご覧ください。）

お友達ができたり、ママ友ができることで、活動の場が広がり、楽しい時間が増えていくことと思います。他に、福祉型の通園もあります。

就学年齢になったら活用したい・・・

5 放課後等デイサービス

6歳～18歳までのお子さんを放課後や夏休みなどの長期休暇に利用できる福祉サービスです。個別療育や集団活動を通して、いろんな年齢のお友達がいて、一緒に食事をしたり個別に合わせた活動を通して感性や運動機能の発達を促していきます。

誰かの手を借りたい時・・・

6 短期入所サービス（ショートステイ）

ご家族の予定でどうしても介護育児を短期でお願いしたい時、24時間体制で対応してくれるサービスがあります。身内で不幸があった時、お子様の兄弟が病気になった時などは無理せずお願いしましょう。家で使用している医療ケアの備品や栄養剤など生活必需品をすべて持ち込む必要がありますが、医療スタッフがついていてくれますので、安心してお任せしていただけます。

各サービスを受けるためには、申請が必要となります。

詳しくは市役所もしくは医療的ケア児等コーディネーターに相談してください。



リハビリ（療法）はいろいろあります

お子様にはいろんな可能性があります。

多くの方に出会うことや、色々な体験をすることも可能性を広げるためには必要なことですが、日常的にリハビリをしていくことで、感情表現の種類が増えたり、できないと思っていたことができるようになったりします。そのために専門の療法士による訓練が必要になります。ここでは4つの療法を紹介します。

PT Physical Therapy

理学療法〈国家資格〉

理学療法とは運動機能が低下した状態のある人に対し、運動機能の維持・改善を目的に物理的手段を用いて行われるリハビリ。例えば、足の機能、腕の機能、首の機能など緊張緩和のために骨や筋肉の動きをひとりひとりの体に合わせて訓練していきます。

また装具や車椅子福祉機器などの相談などもできます。



OT Occupational Therapy

作業療法〈国家資格〉

作業療法とはお子様の生活が向上するために、必要な活動を訓練するリハビリ。理学療法は、歩く・立つ・座るなどの活動の元となる基本的な動きの中の改善点を探し、お子様に合った形で運動を訓練します。作業療法は、絵を描く、おもちゃを持つ、素材の違いを感触で認識するなど、基本的な動きの改善点をもとに、その子が楽しく遊びながら続けられるように訓練していきます。



ST

Speech-Language-Hearing
Therapy

言語聴覚療法〈国家資格〉

言語聴覚療法とはうまく発話できない、声が出しにくいなどの発声に関することや、話が理解できないなどのコミュニケーション全体に関すること、また食べる、飲み込むといった機能低下などのリハビリ。喉や口などの機能だけでなく、発声や飲み込みに適した姿勢や体のポジショニング、そして話す、聞く、食べるといった動きに運動する筋肉や関節にも着目して訓練していきます。



MT

Music Therapy

音楽療法〈民間資格〉

音楽療法とは音楽を通してお子様が社会的スキルを身に付けるために行うリハビリ。例えば発話が難しいと感じるお子様には歌ったり、リズムを身体でとることで発話を促します。集団活動の苦手なお子様には、歌を一緒に歌うことで注意力や集中力を高めたり、順番を守るなどの周りや相手を意識させる訓練になります。さまざまな「苦手」に応じてプログラムがつけられます。



親の会をご紹介します！

重度心身障害児で医療ケアを必要とするお子様の親の会があります。一緒にお食事をする時間は、ベテランママさんたちの経験談が聞けたり、当事者だからこそ知っている情報を聞くことができます。お子様が成長していくにつれて必要な情報はこの会で出会った方々に相談してみるのも良いのでは？



座談会やお食事会等
しゃべり場を
開催しています！

勉強会やセミナー
もします。
施設見学なども
行きますよ～



サッカー観戦が大好き
なのでヴァンフォーレ甲府の
試合に息子と見に行きます。
障がい者席が選手の近くにあ
るため、息子もサッカーの
臨場感を体感してるって
オアシスで話したら
みんなから驚かれました！



ベテランのママさんたち
から、歯医者さんや
眼科などの情報を教えて
もらいました。
うちの子を診てもらいたい
お医者さんの情報って
意外と見つけにくいから
助かりました！



娘は今3歳。
まだまだ体調が不安定ですが、
20代や30代のお子さんのいる
ママさんたちから「大丈夫よ！」
と言ってもらえるだけで
ホッとします！
話を聞いてもらったり、色々
教えてもらって本当に
楽しい会です。



オアシス

甲斐市障がい児者
地域支援連絡会

お問合せ先
055-276-5826
(上嶋)

手作りのケアグッズをご紹介します♪

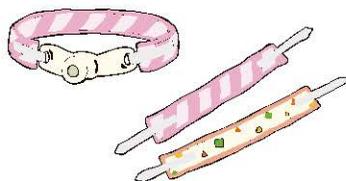
在宅医療が始まると、医療ケアに使う物品が病院から支給されます。もし家で生活が少し落ち着き、心にゆとりが出てきたら、オリジナルグッズを使ってみるのも良いでしょう。生活を豊かにするための楽しくてかわいいグッズがいろいろあります。インターネットでも「#医療ケアグッズ」とかそれぞれのグッズの名前で検索すると全国のいろいろな方のオリジナル作品やショップが出てきます。ぜひ参考に見てみてください。ここでは代表的なグッズを4つご紹介いたします。

ペグカバー



胃ろうの部分にY字ガーゼやコットンを挟んで液漏れを防いだり、胃ろうボタンが動くのを止めたりします。ガーゼやコットンのかわりにペグカバーを使うと、繰り返し洗って使えて取付け簡単です。ただし、肉芽(にくげ)ができてしまったり、肌が荒れてしまう場合は使用しないでください。

カニューレバンド



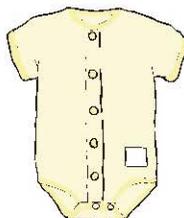
気管切開の衛生管理において、毎日カニューレバンドを交換し、首の清潔を保ちます。お子さんの肌にあった素材でしかもオシャレなデザインだったら服とのコーディネートも楽しくなるでしょう。通気性の良いものや、肌触りの良いものなどお子様の肌に合わせて過ごしやすいものを用意してください。

注入ボトルカバー



お出かけ先で注入をする際、気兼ねなくできたら・・・と思う方もいるかもしれませんが。そんな時に機能的でかわいいボトルカバーがあるとちょっと気持ちが楽しくなります。カバーの内側が保冷・保温シートがついているものもあり、夏季や冬季のお出かけには便利なアイテムです。

ロンパース(前開き)



市販で売っているロンパースは大きくても90cm位です。しかし、緊張が強いお子さんや着替えの回数が多いお子さんの場合、前開きのロンパースがあると便利かと思います。大きいものだと170cm位まであるそうです。胃ろう用のポケットがついているものもありますよ。

甲斐市周辺で通える場所、相談できる場所

お子様が家での生活に少し慣れてきた頃、外に出てお友達を作ったり、ママ友・パパ友の出会いを求めたりと行動の幅が広がっていきます。山梨県内に「児童発達支援事業」「デイサービス」をしていて、重症心身障害児そして医療的ケア児を受け入れている事業所がいくつかあります。ぜひ活用してみてください。

社会福祉法人宮前福祉会 つつじが崎学園
児童発達支援事業

こすもす

山梨県甲府市岩窪町 614
TEL.055-251-7678

日常生活動作、運動機能の訓練を行ったり、
いろいろな体験を通して、ひとりひとりの
健康と発達に配慮した個別指導を行って
います。 <http://tutuji.or.jp/publics/index/10/>



社会福祉法人山梨櫻の会 かしのみ学園
多機能型重症児支援ルーム

かしのみ

山梨県甲府市下飯田 2-5-12
TEL.055-237-5100

専門スタッフがひとりひとりの安心・安全
に配慮しながら、子どもたちの笑顔を増や
していただける支援を心掛けています。

<http://www.kashinokai.or.jp/kashinomi/support/>



合同会社むすぶ
放課後等デイサービス・日中一時支援

むすぶ

山梨県 甲斐市万才 449-5
TEL.055-225-5217

基本型、重心型、合同とひとりひとりに合
わせた活動を用意して、笑顔のあふれる時
間を一緒に過ごしています。

<https://musubu-day.amebaownd.com/>



社会福祉法人ぎんが福祉会
放課後デイサービス

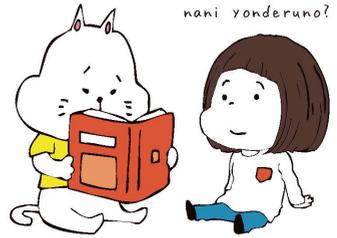
きらり

山梨県甲斐市竜王 301-2 (コスモス敷地内)
TEL.055-278-2266 (携帯 080-1380-2167)

発達に支援の必要な障がい児 (未就学児～
20歳まで)を対象。音楽療法や体操、創作
活動や調理、外出など楽しいこといろいろ!

<https://ginga-fukushi.or.jp/publics/index/31/>





一般社団法人はーと to はーと
多機能型重症児デイサービス

笑む

山梨県甲府市中央 4-1-9
TEL.055-233-2525

NICU・小児科・重度心身障害児施設を経験した看護師がケアを行い、お子さまにしっかりと目が行き届くように配慮しております。
<http://www.heartoheart.love/>



医療法人久晴会
小児リハビリテーション

甲斐リハビリテーションクリニック

山梨県甲斐市西八幡 3990
TEL.055-278-2016

ひとりひとりのライフステージに応じて、日常生活や学校生活に必要な運動機能の獲得を促していきます。
<http://kai-reha.jp/rehabili.html#anc03>



山梨県立あけぼの医療福祉センター
医療型児童発達支援センター・短期入所サービス

タムタム

山梨県韮崎市旭町上條南割 3251-1
TEL.0551-22-6111(代表)

感覚遊び、運動遊び、音楽遊び、製作、スヌーズレンなどを中心に活動を行い、集団活動を通して育ちを支えます。
<https://www.pref.yamanashi.jp/akbn-iryoy/90232352119.html>



独立行政法人国立病院機構甲府病院
重症心身障害児通所支援事業(多機能型)
短期入所サービス

ひまわり

山梨県甲府市天神町 11-35
TEL.055-253-6131

人工呼吸器など高度な医療的ケアを必要とするお子様も安心してご利用いただけます。季節ごとに楽しいイベントがあります。
https://kofu.hosp.go.jp/about/cnt0_000013.html



関連機関一覧

窓口名称		連絡先	所在地	内容
甲斐市役所 福祉部 (福祉事務所)	福祉課	TEL.055-278-1691 FAX.055-276-2113	甲斐市篠原 2610 甲斐市役所 新館 1 階 ・福祉課 (⑫番窓口)	障がい福祉全般、民生委員、 児童委員等
	子育て 支援課	TEL.055-278-1692 FAX.055-276-2113	・子育て支援課 (⑬番窓口)	児童館、保育園、 こども医療等
甲斐市役所 子育て健康部 (福祉事務所)	健康 増進課	TEL.055-278-1694 FAX.055-278-2046	甲斐市篠原 2610 甲斐市役所 本館 1 階 (①番窓口)	保健指導、母子保健、 健康づくり等
甲斐市役所 敷島支所 市民地域課		TEL.055-277-3112 FAX.055-277-7950	甲斐市島上条 2254-1 敷島支所 (③番窓口)	福祉サービスの申請・受付 等
甲斐市役所 双葉支所 市民地域課		TEL.0551-20-3650 FAX.0551-20-3670	甲斐市下今井 171 双葉支所 1 階 (③番窓口)	福祉サービスの申請・受付 等
甲斐市障がい者 基幹相談支援センター		TEL.055-267-7010 FAX.055-277-1284	甲斐市島上条 3163 敷島保健福祉センター内	障がい者及びその家族等の 相談支援
甲斐市役所 市民部	保険課	TEL.055-278-1665 FAX.055-276-2113	甲斐市篠原 2610 甲斐市役所 新館 1 階 (⑭番窓口)	国民健康保険、国民年金等
	税務課	TEL.055-278-1663 FAX.055-278-2046	甲斐市篠原 2610 甲斐市役所 本館 1 階 (④番窓口)	市、県民税 (住民税) 申告、 軽自動車税、固定資産税等
甲斐市 社会福祉 協議会	本 所	TEL.055-277-1122 FAX.055-277-1284	甲斐市島上条 3163 敷島保健福祉センター内	生活福祉資金、 福祉ボランティア団体、 生活困窮者支援等
	竜王支所	TEL.055-279-1112 FAX.055-279-1114	甲斐市西八幡 3018-1 竜王保健福祉センター内	
山梨県福祉保健部 障害福祉課		TEL.055-223-1460 FAX.055-223-1464	甲府市丸の内 1-6-1 県庁本館 1 階	県の障がい福祉施策に関する 業務等
中北保健福祉事務所 (中北保健所)		TEL.0551-23-3443 FAX.0551-23-3075	韮崎市本町 4-2-4	児童・母子・高齢者・障がい 者の福祉業務等
山梨県中央児童相談所		TEL.055-288-1561 FAX.055-288-1574	甲府市住吉 2-1-17 子どもの こころサポートプラザ内	児童福祉、児童虐待に関する 相談・支援等
山梨県障害者相談所		TEL.055-254-8671 FAX.055-254-8675	甲府市北新 1-2-12 山梨県福祉プラザ 2 階	身体・知的障がい者の相談 更生医療、備器具等
山梨県 精神保健福祉センター		TEL.055-254-8644 FAX.055-254-8647	甲府市北新 1-2-12 山梨県福祉プラザ 2 階	精神保健福祉に関する 相談・支援等
山梨県 こころの発達 総合支援センター		TEL.055-288-1695 FAX.055-288-1696	甲府市住吉 2-1-17 子どもの こころサポートプラザ内	発達障がいに関する 相談・支援等
山梨県立聴覚障害者 情報センター		TEL.055-254-8660 FAX.055-254-8665	甲府市北新 1-2-12 山梨県福祉プラザ 1 階	手話通訳者、要約筆記奉仕 員の養成・派遣等
山梨県女性相談所		TEL.055-254-8633 FAX.055-254-8636	甲府市北新 1-2-12 山梨県福祉プラザ 2 階	要支援女性に係る相談、 支援、一時保護等

