



こころの生活支援手帳 -地域連携パス-のご案内

この手帳は 精神障害をかかえるご本人の生活を支援するものです。
支援者は 関係機関と協力・連携しながら手帳を活用して地域生活をサポートしていくことを目指していきます。



こころの生活支援手帳 - 地域連携パス -

茨城県障害福祉課のホームページからダウンロードすることができます。

<http://www.pref.ibaraki.jp/soshiki/hokenfukushi/shofuku>



例えば こんなとき 手帳を活用してみましょう！



通院しながら生活続けるために
支援してくれる人たちに
連携をじょうずにとって対応してほしい。

退院して自宅に戻る予定・・・
いろいろなサービスを利用して、また入院
しないように自宅で生活したい！

病院の担当の医師や
相談に対応してくれる支援者に
自分のことをよく理解してもらいたい。



自分の生活や体調を整えたい。
病気とうまくつきあって
ピンチを乗りきれようになりたい。

手帳の内容

- 支援者れんらく網
- 希望と目標
- いつもの自分は？
- クライシスプラン
- お薬のこと
- 連絡・相談シート
- 週間スケジュール
- 電話で相談するときに
- セルフモニタリング表
- サポートプラン
- 知っておくとよいこと
-



茨城県では「こころの生活支援手帳」が多くの方に活用され、地域の精神障害者を支援するネットワークが広がることを目指しています。