

キャリア教育だより



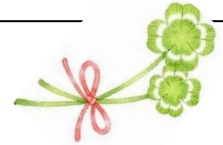
群馬県立あさひ特別支援学校

発行：進路支援部

2026.9.24 号 外 ⑨

「卒業生保護者の話を聞く会」～Y様・K様からの貴重なアドバイス～

過日7月15日、四年ぶりに本校卒業生の保護者をお招きして実施することができました。卒業後の生活を見据え、小学部から高等部までの過ごし方や各種手続き等について貴重なお話を伺いました。ポイントを要約してお届けします。



I Y様より（R5年度卒）

① 進路選択・事業所探し（見学・体験）

- ・ **早めの情報収集と見学：** 小学部段階から積極的に事業所の情報を集め、見学を始めましょう。高等部での実習は、合いそうな事業所を見極めてから体験を行うことが大切です。
- ・ **満杯でも体験を：** 空きがない施設でも、体験しておくことで希望申込が可能になり、タイミングよく空きが出る場合もあります。
- ・ **事業所の併用：** 複数の事業所を併用することで、万が一の閉所時などにも安心感があります。

② 福祉サービス（短期入所・移動支援など）の活用

- ・ **早期の「慣らし」が重要：** 短期入所（ショートステイ）等は「家族以外にも慣れる」「施設スタッフに本人を知ってもらう」ため、早い段階から少しずつ活用しておくことがおすすめです。
- ・ **親自身の時間を大切に：** 自分だけで抱え込まず、各種サービスを利用して親自身が心を休める時間をつくってください。

③ 医療・手続き・家庭での備え

- ・ **成人に向けた医療の移行：** 小児科から成人の病院（診療科）への移行手続きは、主治医とよく相談して進めましょう。
- ・ **年金手続きと「記録」の重要性：** 20歳の障害基礎年金等の手続きでは過去の経過が問われます。連絡帳やメモなど、幼少期からの記録を残しておくことが非常に役立ちます。
- ・ **家庭内での情報共有：** 服薬やケアについて、祖父母やきょうだい間でも共有しておくことで、親が面倒を見られないときに備えられます。

2 K様より（R6年度卒）

① 卒後の生活の変化と事業所選び

- ・ **卒後の生活を見据えた準備：** 卒業後は通所の日中活動が15時過ぎに終わるため、在学中よりも保護者の自由時間が短くなることがあります。他のサービスとの組合せや御家庭の環境整備を考えておくとう安心です。
- ・ **事業所の特徴を見極める：** 就労継続支援B型や生活介護など同じ種別でも事業所や地域によって雰囲気や厳しさは千差万別です。必ず保護者の目で確認しましょう。合わない場合は卒後に変更することも可能です。
- ・ **計画的な準備：** 年金事務所の相談予約や医師の診断書（有効期限あり）の準備など、スケジュールにゆとりをもって進めることが大切です。学校で開催される年金説明会の機会も活用してください。

【K様の続き】

② 各種手続きと「申立書」作成のポイント

- **障害支援区分調査：**「一人で生活できるか」という視点で聞き取りが行われます。できないことが多い回答になっても悲観せず、「支援を受けるための前向きな手順」と捉えましょう。
- **病歴・就労状況等申立書の作成：**過去の病院受診歴や発育歴をまとめる作業は大変です。カルテの保存期間（5年）の問題もあるため、日頃からメモを残しておくことが重要になります。

③ 制度の変更とアンテナの張り方

- **制度改定の情報収集：**ETCカードの対象拡大（親名義カードの利用登録条件変更など）をはじめ、福祉制度は変化します。学校からの進路だより等に目を通したり、常にアンテナを張っておいったりしてください。

※K様の内容は、7月17日配信おたよりBOX

「卒業生保護者の話を聞く会」配付資料でより詳しく確認できます。



お二方に共通するメッセージ（まとめ）

- 1 **「あっという間」に高等部卒業：**小学部から高等部卒までは非常に早く感じられます。あさひでの生活を一日一日大切にお過ごしください。また、小・中学部など早い段階からの情報収集・見学がおすすめです。
- 2 **日頃の「記録」が最大の助けに：**幼少期からの発育・通院・相談の記録（メモや連絡帳）が、20歳前後の年金や各種手続きで大きな力を発揮します。
- 3 **一人で悩まず周囲へ相談：**相談員や学校の担任、保護者同士のつながりを大切にし、家族だけで抱え込まずに周りを頼りながら進めていきましょう。
- 4 **まず御自身を大切に：**家族や周りの助け（障害福祉サービス）を上手に使い、御自身が元気で幸せな気持ちで生活できるようにしてください。



Y様、K様、事前準備から当日まで本当にありがとうございました。

あさひは小学部から高等部までの一貫校です。在学中から卒業後まで児童生徒や御家族の皆様が幸せな生活を送れることを願い、学年や学部を越えた「縦のつながり」をこれからも大切にしていきたいと思います。