

【演習 1】ワークシート 4 資源獲得・開発のストレッチ ―多様な地域資源を提案してみよう。

本人のゴール	
「現在と同じような暮らしを続けたい。50歳までにひとり暮らしをしたい。」	
提案する資源の活用 (アイデア)	根拠 (着目したストレングス)
<ul style="list-style-type: none"> ・ひとり暮らしや物件に関してネットで調べる。 ・ひとり暮らしの先輩の経験談を聞く。 <ul style="list-style-type: none"> ・当事者会のイベントに参加する。 ・ひとり暮らしをしている人のお宅訪問をする。 ・グループホームや入所施設を見学してみる。 ・住宅供給公社に今の家に住み続けられないか、一緒に話を聞きに行く。 ・「ひとり暮らしマニュアル」のような本を読む。 ・一ヶ月、試しに自分でお金のやりくりを試みる。 <ul style="list-style-type: none"> ・具体的に物件探しを試みる。 	性格・人柄／個人的特性 <ul style="list-style-type: none"> ・好きなことはとことん調べる。 ・わからないことを人に伝え、支えてもらうことができる。
	才能・素質 <ul style="list-style-type: none"> ・決められた作業は慣れればできる。
	環境のストレングス <ul style="list-style-type: none"> ・理解と経験のあるいい担当者、のいる不動産屋さん
	興味・関心／向上心
本人のゴールを実現するためのショートステップ	
「現在と同じような暮らし」「独立」の具体的なイメージを作る。	

※根拠は持ちつつ、できるだけ数多く挙げる。

※可能な限り自由に発想し、地域のありとあらゆるものを資源と捉える。