

# 「自立生活プログラム（ILP）」とは

自立生活プログラム（ILP）とは、障害者が地域で自立生活（※）を送るために、どんな風に生活をしていくかの心構えや技術を学ぶ場です。障害者と健常者が共に生きる場をつくるために、まず「障害者自身が力をつけていく場」です。

施設や在宅の閉鎖的な場所で暮らしてきた障害者が、社会の中で自立生活をしていく時に、先輩の障害者から生活技能を学ぶためにつくられた、障害者文化の伝達の場ともいえるものです。生活技能とは、対人関係のつくり方、介助者との接し方、住宅、性について、健康管理、トラブルの処理方法、金銭管理、調理、危機管理、社会資源の使い方、などです。

各プログラムの内容は対象者の目標によって決めます。「介助者との関係」や「制度を使いこなす」、「指示を出して好きな料理をつくる」、「金銭管理」、「フィールドトリップ（外出プログラム）」など、自立生活に必要なあらゆることがプログラムとして提供されます。

---

## ***Independent Living Program***

（略してILP） 日本語では**自立生活プログラム**といいます。

---

※「自立生活」とは、  
どんなに重度な障害があろうと、地域の中で、社会の中で、介助者を使いながら、自己決定、自己主張をし、自分らしい一人暮らしを成り立たせていく生活です。