

多 機 能 型 事 業 所 稲 田 館

通所・訪問型 自立訓練

ステップ



通所・訪問型訓練事業所 **ステップ**

〒080-0023

北海道帯広市西 13 条南 40 丁目 1-13

TEL : 0155-67-1881

FAX : 0155-67-1878

E-mail : jiritsu.step@camel.plala.or.jp

自立訓練(生活訓練)事業所 ステップ



自立訓練(生活訓練)とは?

自立した生活を目指している人を対象に、一定期間、日常生活に必要な様々な経験を積み重ねて、地域生活を実現するために練習をする場所です。



主なサービス内容

サービス利用をするときに、個々のニーズに応じた個別支援計画を立てて、その計画に基づいて、きめ細かな支援を行います。※必要に応じて個別対応も行います。

通所による活動を原則とし、場合によっては訪問による支援を組み合わせていきます。

通所型

日中、施設に通いながら個別支援計画に沿って相談・面接の中で活動プログラムを組み立て、自分の目標に向けて必要な経験を積み重ねていきます。

訪問型

居宅を訪問して生活場面で「困っていること」や「心配なこと」などの相談を受けて生活面全般で必要な支援を行い、安心して地域生活を続けるためのお手伝いをします。

つまりどういうこと?



一人ひとりの特性に合わせた

オーダーメイドの支援が可能です。

- ・発達が穏やかで長期的に支援をしてもらいたい方の継続支援
- ・生活する上で困っている、悩んでいるが、1人での解決が難しい方の相談
- ・社会生活で生きづらさを感じている方の悩み相談

などなど、それぞれが持つ課題に対し、その人に合った支援を行います。

所長からのアドバイス



所長：片平 修

ステップに通

うことで、

暮らしが快適

になることでしょう。

自分に必要な活動を職員と

相談しながら進めて下さい。



具体的な活動内容

コミュニケーション



グループなどで、お互いの考え方や興味のあることを話しながら、会話の仕方や相手の考え方の汲み取り方を学びます。

社会生活力プログラム



バスなど公共機関の利用や日用品の補充、1人でご飯を用意するなど、生活の実態に沿った支援を行います。

社会体験活動



社会の仕組みを理解するための見学や、見識を深めるための体験などを通じ、その人に対して新たな可能性を引き出します。

料理・洗濯など日常スキル



学校卒業後などで、家事が不慣れな方に対して、掃除や洗濯・買い物の仕方などを、実践的に取り組みます。

PC操作・インターネット関連



パソコンやスマートフォンの扱い方など初步的な点から、ネットゲームやネット課金依存への相談など、多岐に渡って取り組めます

面談個別対応



利用始めや相談内容によって、スタッフが個別に関わり、必要に合った支援を行います。

社会生活力プログラムの一例です

図書館はどんなところか行ってみましょう。

〇月〇日 ○○さん生活支援

- バスに乘ります。
- ・十勝リハビリテーションセンター前から9時8分のバスに乘ります。
- ・整理券を取ります。
- ・長崎屋前でボタンを押します。
- ・整育手帳と整理券を見せて、運転手さんに料金を聞きます。
- ・料金を払います。



余暇の過ごし方



自分にあった時間の過ごし方と一緒に探してみましょう。

新しいことに挑戦してみるのも面白いかもしれません。



具体的に説明して？

次のページ事例を用意しました。

ステップではこのように支援しています。



図書館に行こう。

- ・図書館って、どんなところか体験しましょう。
- ・好きな本を探したり、ビデオを見たりしましょう。



図書館は静かに本を読んだり探したりする場所です。

走ったり、踊ったりしないようにしましょう。

小さな声で話しましょう。



事例1 一人暮らしで悩むAさんの場合

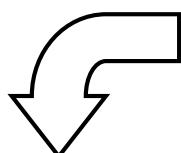


いずれは一人で生活しなければならないのに...

経験もない...

自信もない...

どうしたら良いの???



Aさんの状況・きもち・課題などを話し合い、

Aさんに合ったプログラム

を作成します。

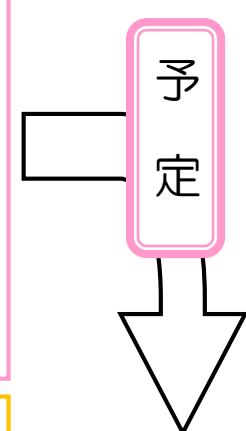


経験や自信のないところは何でしょうか?

たとえば **洗濯・食事作り・お金の管理・買い物**などでしょうか?

できるところから身に付け自信をつけて

いき、**生活のイメージ作り**から始めましょう。



たとえばこのようなプログラムはどうでしょうか?

○月○日(月) 食事作り・・・お米の炊き方、
お味噌汁の作り方



●月●日(水) グループ活動・・・お金の管理やマナーなどの
レクリエーションへの参加



△月△日(金) 買い物・・・部屋掃除に必要な掃除用洗剤
を買いに一緒に出かけます。



○月○日(月) 食事作り・・・味付けが難しかったので、
またチャレンジしたい。



●月●日(水) グループ活動・初めてで緊張したけど、レク
は楽しく参加でき、他の人も
話ができる良かった。



△月△日(金) 買い物・・・種類があって迷ったけど
相談しながら買う事ができた。
自分が使いやすそうな物が選
べて良かった。

実践、振り返り、相
談(随時)などを繰
り返しながら行っ
ていきます。

個別支援計画もそ
の時の状況に合わ
せて変更しながら
行っています。





事例2 うつ病と診断されたBさんの場合

Bさんの困っている事…
うつ病 と 診断されたけど…
自分のことを分かってくれるの？ とても不安です。



「生活のしづらさを感じる」
「家庭で自分の辛さや思い
を理解してもらえない」
ことはありませんか？
思い切って話してみましょ
う。
きっと気持ちが楽になります
よ。



休職中・離職中の方への「応援」プログラムのご案内

プログラムについて

復職(リワーク)・再就職を目標に
健康管理、暮らしの相談・復職、再就
職の準備など、将来の足がかりを築くために面
談を中心とした個別支援を提供しています。

ご利用に関して

相談お申し込み 自立訓練 ステップ
まずはお電話ください(0155-67-1881)

見学・面接などで状況をお伝え頂ければ、
その人にあった復職プログラムを
ご提案します。



プログラムの一例

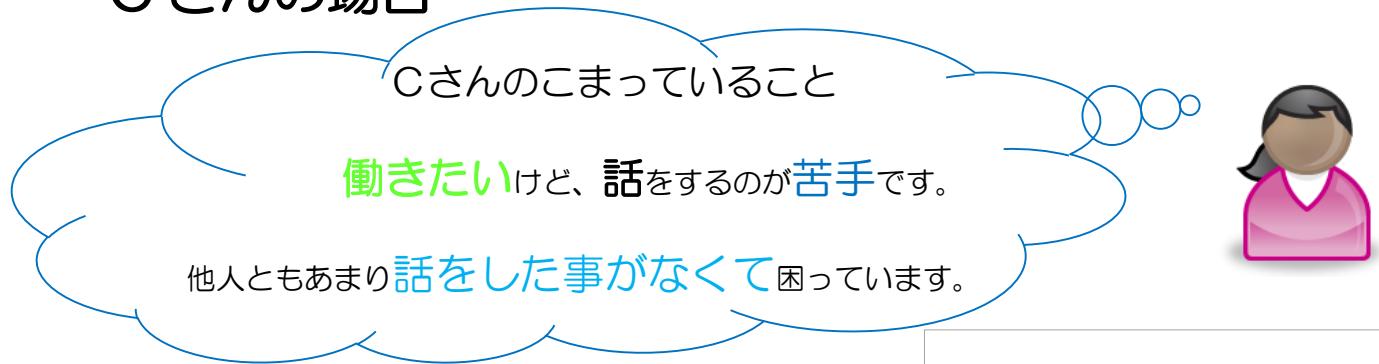
気分転換に … 散歩・ドライブなど
活動力アップに … 調理・軽スポーツ・園芸・
軽作業・レクリエーション・ボランティア・活動企
画
コミュニケーション力 … 小グループ活動を通
じて「表現」「交流」「自分みがき」「チー
ムワークの体験」

リワーク(復職) … 準備相談・セルフチェック
再就職の準備 リハビリ出勤・職場体験・
フォローアップ相談



事例3 コミュニケーションに課題が有る

Cさんの場合



身近な場面でも他人と話す機会
はあります。身近な人への挨拶などから始めてみませんか？



おはよう
ございます★

話すことに慣れ、自信がついたら
関係機関や就労支援事業所をご紹
介しますので一緒に頑張って
いきましょう。

具体的な活動内容（例）

- ①週1回程度から始めていきます。
↓
- ②最近気になることや、身の回りで
起きたことなど、興味を持ったこと
を話します。
↓
- ③話の振り返りをし、スタッフは
感じたことや気になることを
アドバイスします。
↓
- ④これを繰り返していきます。



人員配置

管理者：1名（兼務）

サービス管理責任者：1名（兼務）

地域移行支援員：1名

生活支援員：2名 ※うち看護師1名

調理員：1名

用務員：1名



開所日・時間・送迎

1. 開 所 日 月曜日～金曜日

土曜が開所になることもあります。

2. 開所時間 9:00～16:00

3. 送迎場所 現在の送迎場所は帯広市内

音更町木野周辺 札内 幕別本町 です
該当しない場所にお住まいの方も、
お気軽にご相談下さい。



利用期間

利用期間は2年間(24ヶ月)です。

利用者の意向や特性・適性を踏まえて個別支援計画を作成し、その内容に沿ったプログラムを組み立てて進めます。そのため、支援内容や利用期間は一人ひとり異なります。



料金について

障害福祉サービス費として、利用者に応じて、一部負担金が生じる場合がありますが、軽減措置、減免制度などがあります。詳しくはご相談下さい。