

自立訓練（生活訓練）

5. 『1ビリーブ横浜高島町』の説明



◎ いろいろな理由で、働く（合わせていく）までに
時間がかかりそうな人たち 向けの施設です。

- ①. 本人と職員が **合意のうえで、興味があって
できそうなことを** 経験していきます。
- ②. 「作業」は、ひとりで **集中してできるモノを、
何種類も** 用意しています。
- ③. 「調理」、「映像と音楽」、「さんぽ、買い物」、
「屋内競技」、「座学」などは、**3～5人**です。
- ④. 初めにゴール（目標）を **決めるのではなく、
参加して得た気持ち**を大切にします。

だれも
自分のことを
分かってくれない

人への恐怖心で、
通所できない

話を聞いても
頭に入らない

どうせ やっても
うまくいかないから



自分が楽しんで
打ち込めることを、一緒に
やっていきましょう



1ビリーブ

① ビオトープ、はじめました。。。

『 どうぶつ、いきものが好き 』
そんな 利用者さんへの支援として生まれた アイディアの一つです。

生き物のお世話をするとしたら、「なにだったらみんなで出来るだろうか」を話し合い。

⇒ねこ？ モルモット？ 金魚？

と、いろいろと意見は出ましたが…笑

生き物を飼う、お世話は とても大変。

毎日 お世話が できるワケではない。

⇒実は メダカは お世話がラク。そしてかわいい。



※現在のビオトープ(越冬仕様です)

② 興味があるから夢中になれる 選べる作業

黙々と一人で取り組むのが好きな方 向け

- 木工作(木や竹を削ってお箸、バターナイフ作成中！)
- メモ帳作り(新横浜のスタッフさんや、職員も活用)
- PC練習やハサミのトレーニング、見る力

だれかの役に立ちたい方、自立意識の高い方 向け

- 備品の定期掃除:扇風機やサーキュレーターのココリ取りなど
- 掃除や収納系:外の落ち葉掃き、ふきんタオルたたみ
- ハンドソープや洗剤の補充
- ビオトープの管理(メダカのえさやり、水の補充)
- 重曹で消臭剤作り、設置
- 事務作業系:領収書のカット、テプラでシール作り



ルーティーンが好きな方 向け

- 月間予定表の貼り替え
- マグネット式予定表の貼り替え
- カレンダーの更新
- ベルマークの仕分け

その他にも…

- ・ 苦手克服に取り組む「整理整頓の練習」
- ・ Iビリーブを より素敵な空間に演出
「壁用に 季節の装飾作り」などなど

職員と一緒に 取り組むことも できます！

③ オリジナリティあふれる プログラム

月曜は「エンタメ」、火曜は「運動」、金曜は「調理」など
テレビ欄のような、日替わりプログラムで 頑張りたいポイントが しやすい

● 月曜午後：映像と音楽と図書館

Iビリーブ内で お気に入りの動画や音楽を みんなにおすすめ♪
もしくは、中央図書館へ出かけて ゆっくり過ごす。お好きな方を選べます。

● 火曜午後：どこかへ散歩／カラダほぐし

横浜、みなとみらい周辺など、さまざまなところへ出かけます。
(現地では、自由行動をしたり、職員と一緒に話をしたり、散策します)
カラダほぐしは、Iビリーブ内でリラックスタイム、ストレッチ、ラジオ体操など
けん玉、ターゲットス、竹とんぼ いろいろな遊びが流行ります(笑)



● 金曜:調理 週ごとに当番制 利用者さんと職員で相談してメニューを決めています。



(左上)チキンカレー
(右上)チョコケーキ
(左下)鮭のムニエル
(右下)ミートソースパスタ



④「やってみよう」を積み上げて 目標に一步一步近づくお手伝い

ひとりひとりに寄り添った、手厚い支援で応援します！！！！！！！！

出来ないことはたくさんあるけど、叶えたい大きな目標がある Aさんの場合

通所できたある日

さんぽに行くか 迷っているAさん

Aさん「体力が持つか不安…」

職員「大丈夫！ まず行ってみよう！」

➔ 参加できた！ という
達成感と充実感を 共有



地に足をつけて、
一步一步 歩いて
いきましょう♪

夢



最後に…

本人と保護者が、どういう人生を選ぶか

☆障害者雇用の良いところ、ウ～ンなところ★

☆支援者が、定期的に 職場訪問や面談をしてくれて、職場が良い雰囲気になる。
→職場の人が、わかってくれている。
→支援者が 見ててくれて心強い(安心)。

☆就職活動から、入社手続、仕事の変更などを、支援者が一緒に考えてくれる。

☆障害者雇用率があるため、自分の都合以外では、退職することがほぼない。
→ずっと働ける。後輩が入ってくる。

★自分が やりたかった仕事に、障害者雇用のワクがない。上をめざせない気がする。
→補助的な仕事が多い。
→やりたい仕事で、就職するのは大変。

★自分も 正社員のようには 働けないけど、お給料が安い。ボーナスがもらえない。

★障害者 という目で見られることがイヤ。
なんか 抵抗がある。

正社員より、お金より、
ずっと働き続けられること



転職して、やり直す
こともできますよ

