

精神障がいを抱える人の

見学・体験利用大歓迎!

自分らしい暮らしを サポートします

家族も
サポート



生活訓練ってどんなところ?

精神障がいを抱える人たち（うつ病、統合失調症、発達障がい等）の通いの居場所であり、地域で自分らしい生活が実現できるよう2年の期間の中で色々な経験を提供し、これからの暮らし方、自分らしい生活について一緒に考えていきます。

どんなことができるの?

生活力のトレーニング

自立した生活ができるよう、料理や掃除・洗濯・ごみ捨て等の家事の練習ができます。また、健康的な生活が送れるようウォーキング等の適度な運動、趣味活動や外出等をして気分転換・ストレス発散の方法を学べます。



仕事に向けたトレーニング

「将来的には仕事をしたい」「仕事をする自信はないけど興味はある」方には、その人の希望に合わせて就労に向けた準備をお手伝いします。就労支援施設や企業の見学、ハローワーク等、職員と一緒に同行できます。B型を併設しているので職場の雰囲気を感じることができます。

これからの暮らしのイメージ作り

「今は目標が無い」「将来のイメージが持てない」という人は、生活訓練で色々な経験をしていく中でこれからの暮らし方や自分らしい生活について職員と一緒に考えていきましょう。

どんな人が利用しているの?

- ・生活リズムを整えてから仕事を始めたい
- ・人付き合いが苦手・不安なので練習したい
- ・家から出て誰かと関わりたい、居場所がほしい
- ・一人暮らしをするために家事や身の回りのことを練習したい 等

どれくらいのペースで通うかは自分の体調に合わせて、職員と一緒に相談し決めます。

「週1回、午前中だけ利用」「朝起きるのが苦手なのでまずは午後から通う」等、今の自分の生活リズムや体調に合わせて利用することができます。

ご相談はこちら ☎

どんな場所か見学
してみてください

052-621-7200

担当：野浪・中村

特定非営利活動法人グリーンハート

多機能型事業所わかた 生活訓練（月～金 10～15時）

〒458-0034 愛知県名古屋市緑区若田2丁目920番地C号

FAX：052-621-7202

インスタやってます↓

https://www.instagram.com/maplehouse_wakata/