

精神障がいを抱える人の

自分らしい暮らしを サポートします



多機能型事業所わかた・生活訓練

わかたの生活訓練は、精神障がいを抱える人たち（統合失調症、双極性障害、発達障害等）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・体験を提供し、これからの暮らし方、自分らしい生活について精神保健福祉士と一緒に考えていきます。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。

**利用者
募集中**

例えば、こんな方におすすめです！！

- ◇生活のリズムを整えたい
- ◇家族以外との関わりがほしい
- ◇何をすればいいかわからない
- ◇退院後の生活が不安
- ◇自分でやることを増やしたい
- ◇働く自信は無いが興味はある
- ◇日中に通える居場所がほしい
- など…



どんなことができるの？

日常生活に即した活動の中で、

- ◇生活力のトレーニング
- ◇仕事に向けたトレーニング
- ◇これからの暮らしのイメージ作り

を精神保健福祉士が日常生活上の困り事や悩み等にも相談に乗りながら一緒にやれそうなことから取り組んでいきます。個別支援だけでなく、行事などを通して他メンバーとの交流する機会なども提供しています。また、疲れたりした時はゆっくり過ごすこともできます。

週1日～
短時間の
利用可能

個別支援
重視

家族も
サポート

精神保健福祉士
在籍

具体的には…

これまでの活動・支援内容の一例

- ◇期間限定で送迎しながらの公共交通機関練習
- ◇生活圏のスーパーやドラッグストアまでの行き方を一緒に調べ、同行しての買い物サポート
- ◇公園などに出掛け、気分転換や体力作り
- ◇昼食やお菓子作り・掃除・洗濯
- ◇家計簿の見直しをしながらの金銭管理練習
- ◇B型への移行支援

見学・体験随時受付中!!

まずは、お気軽にご相談ください。

052-621-7200

担当：野浪・竹内（精神保健福祉士）

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 名古屋市緑区若田2丁目920番地C号

FAX：052-621-7202

市バス 「若田」下車すぐ

「緑保健センター」徒歩5分

