

生活訓練事業所

# とまり木

〒754 - 0024 山口市小郡若草町3-26

Tel : 083-973-0666



「家もいいけど少しのんびりと日中の楽しみを見つけない」

「働きたい」「一人暮らしをしたい」

「何かおかずを1品作れるようになってみたい」・・・

などの皆さんの「したい」「してみたい」のお手伝いをしています。

誰かに手伝ってもらうことであなたの「したい」を「できる」にして、  
自信につなげていきませんか？

## 生活訓練事業所 とまり木のご案内

### <活動日・時間>

活動日は日曜・祝日以外の8:30~17:00です。その中で、皆さんの体調や目標に合わせて1日の訓練・練習をお願いしています。

たとえば、金銭管理など1日1回30分程度の訓練だけでも結構ですし、昼食作り~余暇活動と1日のんびりするのでもOKです。

### <費用>

訓練費：1日772円です。

(令和4年4月時点)

昼食費：1食100円です。(希望者のみ)

その他：個別に車を利用して外出した場合は、ガソリン代として1Kmにつき10円いただきます。

※本訓練は医療ではなく福祉サービスになります。訓練費は収入などによって、**月額負担の上限があります(0円~37,200円)**。

### <主な1日の流れ>

10:30~ 調理訓練(希望者のみ)

11:00~ 朝の活動

もしくはゆっくり過ごす

12:00~ 昼食

13:00~ 余暇活動(スポーツや

買い物、DVD鑑賞など)

※相談、金銭管理、外出などの個別の訓練については担当スタッフと日時を相談して実施。

### <利用期限について>

生活訓練は有期限のサービスで、標準利用期限は2年間です。延長を希望され、決定された場合もう1年間延長は可能ですが、最長で3年間の利用となります。

## ～とまり木の利用例～

何か役割を持ちたい。仕事に向けて何か作業をしたい。

- ☞ 毎日実施される調理訓練に参加してみませんか。  
短時間だけの参加、トレーを並べるだけの参加、最初から最後まで他メンバーやスタッフと協力して参加など、自分のペースで参加することが出来ます。

「朝、起きてもなんとなくゴロゴロしてしまう…。」

「家族以外の人と交流する機会をもちたい」

「出かける場所を増やしたい！」

- ☞ 「買出しツアー！」 近くのスーパーへ昼食の食材を買いに行きます。自由時間もありますので、自分の買い物をしたり、買い物のコツをスタッフに教えてもらうことが出来ます。
- ☞ 「ゆっくり散歩」 散歩に出て季節の変化を肌で感じましょう。
- ☞ 【隔週】「今週の振り返り」 来週の活動に向けて振り返りをします。
- ☞ 【月1】「とまり木ミーティング」生活上で困っていることや聞いてみたいことなど  
とまり木通所のメンバーで話し合いをします。

※とりあえずとまり木に来てゆっくり過ごしたり、スタッフと面談、昼食を食べるだけの利用でもOKです！

何かすることを見つけたい。気分転換ができるようになりたい。

- ☞ 季節に応じた外出プログラムや負担なく体を動かせるプログラムなど様々なプログラムを準備しています。集団が苦手な方は、スタッフと個別に制作活動やゲームといった個別プログラムを実施します。

いろんな手続きを自分でやれるようになりたい。

- ☞ 職員が書類等を一緒に確認したり、作成のお手伝いをします。希望があれば外出にも同行します。

### 【利用までの流れ・手続き】

- ① 主治医に利用の相談をしてください。その後見学の日程調整します。
- ② とまり木を見学していただき、申込みをします。
- ③ お住まいの市町村役場で「福祉サービスの利用の申込み」をしていただきます。
- ④ 市町村が認定調査をされます。
- ⑤ 地域の相談支援事業所にサービス等利用計画を立ててもらいます。
- ⑥ 受給者証が発行されます（市町村によって異なりますが2週間～1ヶ月程度）。
- ⑦ とまり木と利用契約 → 利用開始