

自立訓練(生活訓練)

わあくワーク 利用者さん募集中！

◆ このような方が利用されています

- ・働きたい気持ちはあるが、何からすればいいかわからない
- ・いずれは就労したいが、就労移行や就労継続支援 A 型はまだ自信がない
- ・家事、金銭管理、スケジュール管理など、生活のスキルを身につけたい
- ・社会参加の場が欲しい
- ・日中活動の場が欲しい
- ・体力づくりをしたい
- ・生活リズムを整えたい
- ・コミュニケーションの練習をしたい



◆ わあくワークの特徴

◎ 全員が専門職スタッフ

精神保健福祉士/キャリアコンサルタント/臨床心理士/看護師

◎ 母体が精神科クリニック

◎ 担当制による個別支援！



◆ このような訓練を行っています！

・運動

ウォーキング、ストレッチ、ダンス、大縄跳び、卓球、バドミントンなど

・生活スキル

スケジュール管理、活動量管理、金銭管理、食事管理、掃除、買い物など

・コミュニケーションスキル

ディスカッション、SST、ロールプレイング、レクリエーションなど

・余暇活動

創作活動、映画鑑賞、Switch、カードゲーム、カラオケ、お出かけなど

・自主活動

ガチャガチャの作品作り、読書、勉強（PC、資格）など



◆ このような所に卒業されています！

・就労移行支援事業所

・就労継続支援 A 型

・一般企業

・就労継続支援 B 型



◆ 利用者さんの声

・個人個人の課題を専門スタッフが面談で見つけてくれて、それに向かった支援を提供してもらえる！

・今まで気付けなかった自分に気付くことが出来る！

など😊