

# 「自立訓練施設 みずき」のご案内

自立訓練施設みずきは、地域の中で自分らしく暮らすことを目指して、生活の中で必要ないろいろなことを練習・実践していく場です。

ぜひ、みずきの仲間と一緒に学んでみませんか？

目標は人それぞれ…その人らしい自立のカタチを応援します♪

まずは、お気軽にお問合せください！



みずきの外観



1F 訓練室



プログラムの様子



2F 宿泊施設



## 【宿泊型自立訓練】

退院したいけど、いきなり1人暮らしは不安

親の年齢も考えると、そろそろ自立しないといけないな

- ・ 宿泊型では、みずきに入所し実際の生活体験を通じて自立のための訓練をします。
- ・ 期限は原則 2 年間まで。
- ・ 退所後はグループホームや 1 人暮らしをする人が多いです。

入所者の 1 日のスケジュール例

時間	6	8	10	12	14	18	20	22
過ごし方	起床	朝食	プログラム	昼食	面談	夕食	入浴	就寝

## 【通所】

退院後の通所先を探している

少人数で、短い時間の活動なら参加できそう

プログラム一覧

	月	火	水	木	金
AM		WRAP		コミュニケーション	食事・栄養
PM	体力作り	ストレッチ	生活		

- ・ 期限は原則 2 年間まで。
- ・ プログラムの時間は 1~1.5 時間です。
- ・ 興味のあるプログラムをお選びください。スタッフが提案することもあります。
- ・ 片道 1 km 以上の場合、お住まいの市町村で交通費の助成が受けられる場合があります。(担当窓口でご確認ください)
- ・ プログラムには、宿泊型の方も参加します。

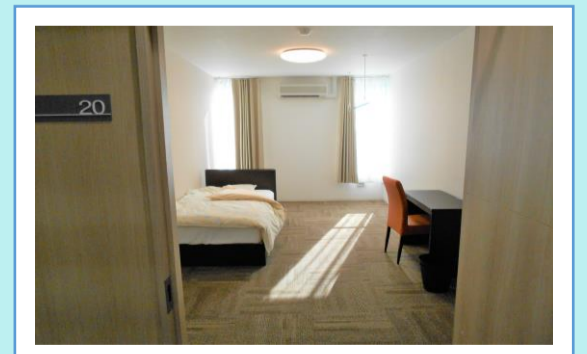
## 【短期入所】

自宅での生活に疲れたときに、休息したい

同居している家族と距離を取りたい、家族も休息がしたい

- ・ 原則、1 度の宿泊で 1~7 泊までご利用いただけます。
- ※障がい福祉サービスの支給範囲内の日数で利用可能です。

居室写真



お申込み、お問合せは下記まで

TEL 0466-99-3456

## 【アクセス】

〒251-0017 藤沢市高谷 108-1

藤沢病院と清流苑の間にある建物です。

詳細は、みずきパンフレットをご参照ください。

通所の方は、藤沢病院送迎バスをご利用いただけます。