

<自立訓練こねっと>で出来ること・一例



通所でリズムをつける

こねっと 送迎(半径5キロ圏内)相談

- 一緒に家から交通機関に乗る練習



生活基礎力(一人暮らし)をつける

こねっと 簡単・基本の料理実践(調理実習)献立作成～買い物同行

- 銀行ATM同行
- 小遣い帳(家計簿)と一緒に作成
- 掃除・洗濯術(訓練プログラム時々実践)



成功体験を積む～自信をつける

こねっと グループワークで他者から肯定される

- 小さなできることを増やすための提案～実践同行(手伝い、ボランティア、一人で起きるための計画...)
- やりたいを形にする体験(例・疑似カフェ企画・準備・運営)
- 基礎的パソコンスキル(オンライン)



社会とつながる一歩

こねっと SST,アサーション等のコミュニケーションスキル

- 見学、体験同行(福祉事業所、企業、農業、ボランティア...)
※随時開拓予定
- 就職活動サポート(面接同行・ハローワーク及び企業との調整)、定着支援



他にも...

自己理解 余暇力

復職に向けた準備(リワーク支援)

誰もが自分らしく光って社会とつながる
を目指します