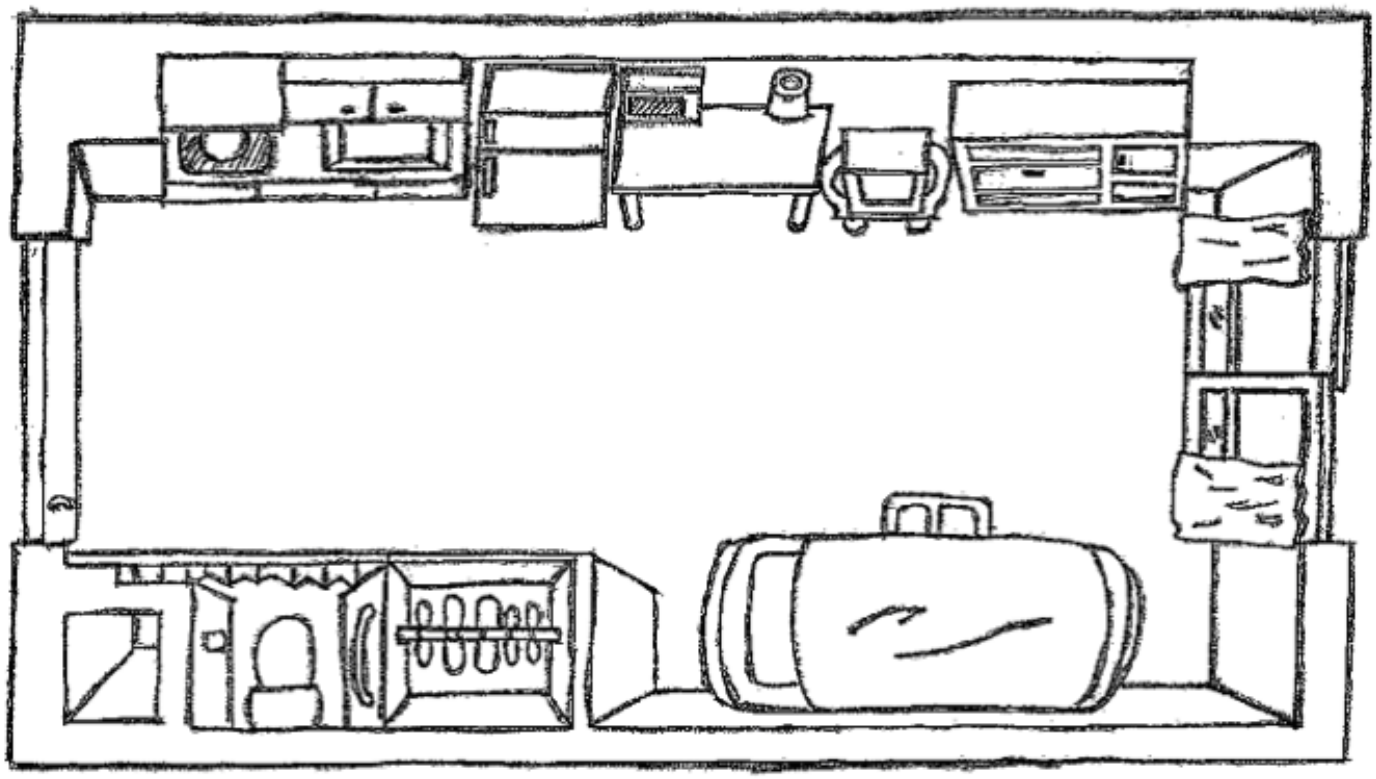
じ り つせいかつたいけんしつ

自立生活体験室

パ ン フ レ ッ ト

ちいき　じりつせいかつ　めざ
地域での自立生活を目指し、
じぶん　まえ　く　いっぽ　ふ　だ
「自分らしいあたり前の暮らしづくり」のはじめの一歩を踏み出そう。
いっしょ
あなたのやってみたいことを一緒にチャレンジ！！！



AJU
社会福祉法人AJU自立の家

自立生活体験室の利用について

＜目的＞　この事業は、施設や親元で暮らす障害当事者の「地域生活移行」実現を目的とします。
ここで言う「地域生活移行」とは、施設や親元で暮らしている障害当事者が、これまでの生活の場を離れて、地域のアパート等での生活（自立生活）を始めることを指します。
これまで施設や親元で暮らしてきた障害当事者にとって、今までとは違う生活を始めることは、想像がつきにくく、不安も大きいことと思います。そこで、この事業では、本人が「自立するうえで何が必要か」を「自由な時間と空間」で考えることができるよう、「体験の機会・場」を提供します。そして、実際に「聞いて・見て・体験する」ための自立生活プログラムに沿って、「非日常の楽しい体験」から「生活づくりの体験」まで、少しずつ段階を踏みながら、自立生活を目指していく中で、その実現をサポートします。

＜対象者＞　・在宅で親や家族と同居されている障害のある方
・施設に入所されている障害のある方
・病院に入院されている障害のある方

＜場所＞　〒466-0037　名古屋市昭和区恵方町2-15　サマリアハウス内

＜部屋の広さ＞18平方メートル　【間口：3メートル、奥行き：6メートル】

＜利用期間＞　1泊2日から概ね1ヶ月間以内

＜利用定員＞　1名

＜支援体制＞　コーディネーター　1名、生活支援員　1名

＜プログラム＞　コーディネーターが利用希望者の希望や状況に沿ったものを作成します。

（1）<u>いろいろな「初めて」を体験する</u>
例：行きたかったところに出かけてみる。
先輩の障害当事者のお宅を訪問したり、一緒に外食したりする。

（2）<u>自分の本当の力を知る</u>
例：初めて会う介助者に指示を出してみる。
家事（買い物、料理、掃除、洗濯など）をしてみる。

（3）<u>自分らしい生活スタイルを見つける</u>
例：夜更かしして、街に出かけてみる。
日中の過ごし方を考えてみる。

＜利用方法＞　5ページのお問い合わせ先へご連絡ください。

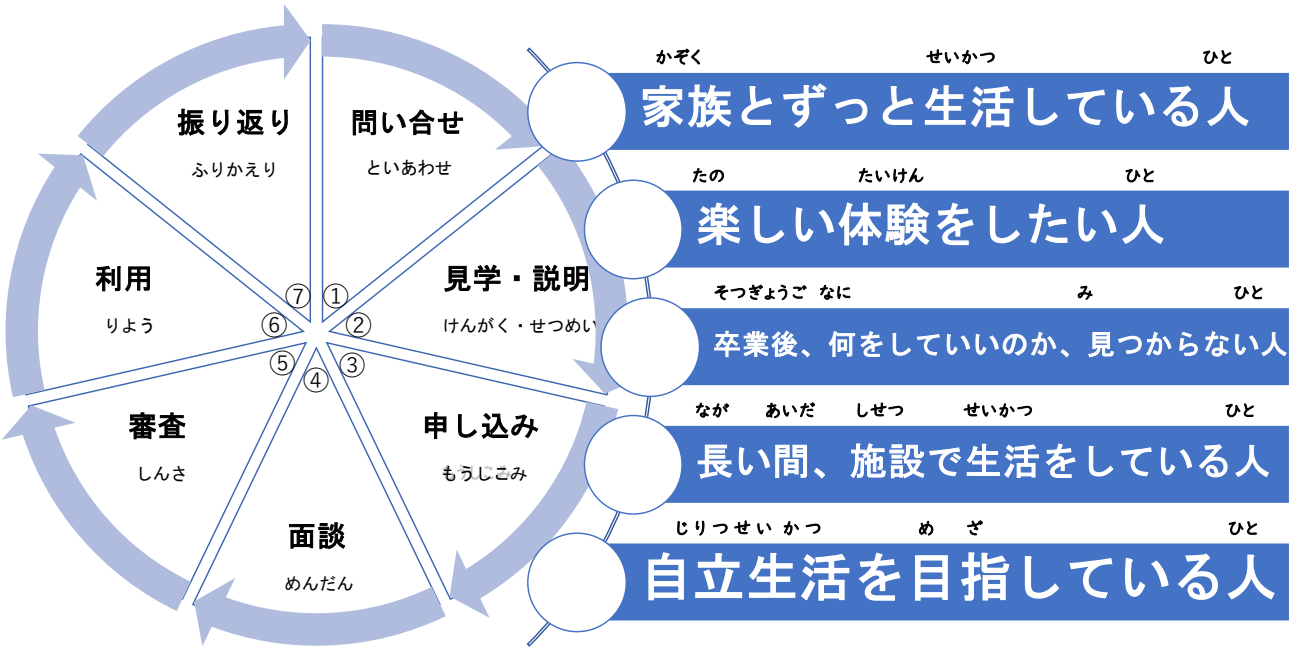
＜利用料金＞

事業名	身体障害者自立生活体験事業	短期入所事業	その他・制度利用無し
対象者	名古屋市より支給決定を受けた身体障害者（18歳以上の方）	短期入所の支給決定を受けた方	左記以外の方
室料	500円／泊		
光熱水費	400円／泊		
清掃費・リネン費	200円／泊		
通信料	200円／泊		
保険料	200円／泊		
介助者紹介料	0円	0円	100円／時間
合計料金	1,500円／泊（＋重度訪問介護等利用の場合、受給者証に応じた自己負担額）	1,500円／泊（＋受給者証に応じた自己負担額）	1,500円／泊（＋介助者紹介料）

※　食費、交通費、消耗品費等は実費。お弁当を希望される場合、昼食・夕食は各500円／食

＜利用の流れ＞

※ 2回目以降は③から



Ⅰ．利用の準備

①　備品一覧

・下記を参考に、持ち物の準備をお願いします。

・基本、消耗品の用意はありませんので、ご自身で用意してください。

（※今までの利用者が寄付した調味料や洗剤などが残っている場合があります。）

〇あるもの

＊家電・家具

冷蔵庫、テレビ、エアコン、炊飯器、電子レンジ、トースター、ＩＨクッキングヒーター、空気清浄機、電気ポット、ベッド、寝具セット、机、全身鏡、ドライヤー、ゴミ箱

＊調理関係

食器（茶碗・皿）、コップ（プラ・陶器）、包丁、まな板、フライパン、鍋、菜箸、箸、スプーン、フォーク、しゃもじ、ふきん、キッチンばさみ、ピーラー、おたま、フライ返し、ボウル、ざる、トング、計量カップ、計量スプーン、スポンジ、食器用洗剤、ハンドソープ、ゴミ袋、三角コーナーのネット、保存容器、調味料(砂糖・塩・酢・醤油・味噌・塩コショウ)・油

＊日用品

ハンガー、洗濯バサミ、ピンチハンガー、ネット、室内干しラック、洗濯カゴ、トイレットペーパー、ペーパータオル、箱ティッシュ、トイレ洗剤、手指消毒

〇ないもの

＊バス・洗面用品

フェイスタオル、バスタオル、シャンプー、コンディショナー、ボディソープ、石けん、ボディタオル、歯ブラシ、歯磨き粉、ひげそり道具、化粧品、整髪剤 など

＊その他

洗濯洗剤、柔軟剤、ラップ、アルミホイル、キッチンペーパー、ウェットティッシュ、レインコート、福祉用具・自助具 など

②　①以外に必要な持ち物

・医療証、受給者証、障害者手帳、印鑑(認印)

２．利用中

① 体験室の鍵

・スタッフから鍵をもらったら、利用期間中はご自身で管理をお願いします。

② 共用のトイレ

・居室内のトイレが使いにくい場合は、共用のトイレを利用して構いません。

・便座の向き、手すりの位置など使いやすいトイレを利用してください。

③ 共用の浴室(１階・２階)

・浴室の前に予約ボードがあります。

・入りたい時間帯に『体験室』と書いてある札(１枚30分)を必要な時間分かけて予約してください。

・札は原則、入りたい日の朝8時30分以降にかけます。

・入浴後は、浴室内の掃除と換気をお願いします。

・使用後は、かけた札は居室に持ち帰ってください。

④ 共用の洗濯場(１階・２階)

・洗濯機や乾燥機にすでに他の人の洗濯物が入っている場合、洗濯または乾燥が終了していれば、スタッフにお声がけください。

⑤ リフトの利用について(備え付け・移動式)

・入浴やトイレの際にリフトを利用したい場合やスリングシートを使用したい場合、スタッフにお声がけください。

⑥ インターネット通信

・Wi-Fiを利用したい場合は、スタッフにお声がけください。

⑦ ゴミの出し方

・ゴミの分別は必ずしてください。分別方法は、名古屋市のゴミの分別表をご参照ください。

・ゴミ出しの日に該当しない場合は、最終日にスタッフが回収します。

ゴミの種類	曜日	時間・場所
可燃ゴミ	月・木	朝８時まで サマリアハウス南玄関
不燃ゴミ	水(第 3のみ)	
資源ゴミ(プラスチック)	金	
資源ゴミ (紙・ペットボトル・空き缶・空き瓶)	木	朝８時まで サマリアハウス北ステーション収集

3．利用の最終日

・居室内の掃除をお願いします。掃除道具はお貸しします。

・冷蔵庫の中の残り物は片付けしてください。

・エアコンや電気のスイッチは消し、忘れ物がないか確認お願いします。

・居室の鍵は、鍵を閉めたことを確認した後、スタッフに返却してください。

★ わからない事があれば、スタッフや福祉ホームに入居している先輩へお声がけください。

■自立生活体験室の場所

〒466-0037

名古屋市昭和区恵方町 2-15

■お問い合わせ先

電話　：052-841-5554

FAX　：052-841-2221

メール：samaria@aju-cil.com

Ｑ Ｒコード：

令和7年４月改訂