

自立訓練プログラム

土水空ファーム

自立訓練（生活訓練）プログラム

自己管理について①

利用目的について	土水空ファームはどんなところ？ 一人一人目的が違ってもいいです。 自分で自分の利用目的を考えよう。
フリートーク	将来の夢などについて話し合う 困っていることの情報公開、情報共有
「自分取り説」を作る	自分の考え方の癖や、自分はこういう人だから、どのように配慮してほしいかななどを文字や表で書いてみよう
生活の振り返り	「生活自己評価表」の項目に沿って点数で自己評価し、評価表にまとめよう

グループワーク（みんなで話す）

自己管理について②

お金の使い方	お金が足りなくなっていて困っている仲間が多いので、収入（入ってくるお金）と支出（出ていくお金）をチェックする。
休日の過ごし方	休みの日は何をしていますか？何をしましたか？
仲間と過ごすルール	お金の貸し借りやモノをもらったりあげたりしないなど、社会の中でのルールがあります。休日、携帯電話など仕事以外の場所での付き合い方など、土水空でのルールについての話し合いをします。
フリートーク	他の利用者に聴いてみたい事、共有部分の使い方などで気になった事等を自由に話し合う

働く (就労訓練)

今やっている仕事は何ですか。	今やっている仕事を書きましょう
その仕事はどうですか	話し合いましょう又は書きましょう
その他やってみたいこと	これからやってみたい仕事 (土水空ファームの作業にないことでも構いません)
先輩の話を聞く	卒業した先輩を呼んで話を聞く。 外部の働いている仲間をゲストに招いて話を聞く。
仕事の体験	施設外就労に参加する (事業所見学)
将来の自分の姿	将来の自分の姿を書いてみよう。文章、絵でも構いません。

自立訓練（生活訓練）プログラム

障害者手帳を利用し 出掛けてみよう	利用できる内容を調べてみる。 美術館や映画、カラオケ等に行って手帳を使ってみる。
季節の行事を計画する イベントディ	誕生会 花見 バーベキュー クリスマス会 新宴会など毎月 1回のレクリエーションを企画し、実施する。（運営委員は利 用者）
料理教室	自分たちの作った野菜で、簡単料理を作ります。
生活の振り返り	毎日のふりかえりをつ記録する。（出勤簿を書く時につける） スタッフにコメントををもらう。
生活自己評価表	生活自己評価表」の項目に沿って点数で自己評価し、評価表に 書いてみる。（年2回）