

ねんと
2022年度

じりつせいかつ ちょうきこうざ あんない
自立生活プログラム長期講座(オンライン)のご案内

にいがた自立生活センター・まいらいふでは、下記の通り自立生活プログラム長期講座をオンライン(zoom)で開催いたします。

自立生活プログラムとは、自立生活をしていく上で必要な知識や心構えを、実際に自立生活している障害者と一緒に、障害者同士で学ぶ場です。「施設や親元ではなく地域の中で自立して暮らしたい!」と思っている方、「自分にもできるかな?」と悩んでいる方、一人で悩まないで、みんなで一緒に学び、楽しみながら自立生活について考えてみませんか?

自立生活に興味のある方のご参加をお待ちしています!

き
記

にちじ ねん 6がつ 12にち (日) ~ 8がつ 21にち (日) ※8月14日は休み

13:30 ~ 16:00 (プログラムの内容により時間の変更があります)

かいじょう かいぎ にいがたしそごうふくしかいかんちょうりじっしゅうしつ
会場: Zoom (オンライン会議システム) 新潟市総合福祉会館調理実習室

さんかひ むりよう
参加費: 無料

たいしょうしゃ じりつせいかつ きょうみ しょうがいとうじしゃ
対象者: 自立生活に興味のある障害当事者

ていいん めい
定員: 6名 (応募多数の場合、受付終了後に、選考させていただきます)

りーだー やまうち としひろ ふうくしま くみこ
リーダー: 山内 俊博 サブリーダー: 福嶋 久美子

もうしこみ がつ か げつ もう こ くだ
申込: google フォームより、6月6日(月)までにお申し込み下さい

※ 当日は URL からの参加になります。事前にアプリのインストールをお願いします。

※ Zoom に関して等、ご不明な点がありましたらご連絡ください。

※ 新型コロナウイルスの感染状況によっては、調理実習を中止にする場合があります。

【お申し込み・お問い合わせ先】

にいがた自立生活センター・まいらいふ

〒950-2002 新潟市西区青山1-23-15

電話: 025-378-5140

FAX: 025-378-5141

メール: niigatacil_myliife@yahoo.co.jp

(担当: 山内)

講座申込 google フォーム: <https://forms.gle/U5SsYucLQKjyenSp8>

※google フォームで申し込みできない場合、電話かメールでお問い合わせください



QRコードからも
お申し込みいただけます!

プログラム内容は裏面をご覧ください

ねんど じりつせいかつ ちようきこうざ
2022年度 自立生活プログラム長期講座
 について
プログラムの日程

日時	内容	会場
第1回 6月12日(日) 13:30~16:00	オリエンテーション ・ 目標設定・自己紹介 ・ 自立生活とは?自立生活センターとは?	Zoom ミーティング
第2回 6月19日(日) 13:30~16:00	障害について ・ 障害って何? ・ 自分の障害について知ろう	Zoom ミーティング
第3回 6月26日(日) 13:30~16:00	介助者との関係について(その1) ・ 介助者との関係作り ・ 介助者を使った生活について	Zoom ミーティング
第4回 7月3日(日) 13:30~16:00	介助者との関係について(その2) ・ 介助者への指示の出し方 ・ 労働環境について	Zoom ミーティング
第5回 7月10日(日) 10:30~15:30	調理実習 ・ 介助者と一緒に料理をしてみよう!	にいがたしそごうふくしかいかん 新潟市総合福祉会館 調理実習室
第6回 7月17日(日) 13:30~16:00	家事について ・ 掃除・洗濯のやり方について	Zoom ミーティング
第7回 7月24日(日) 13:30~16:00	自立生活運動の歴史 自立生活者のお宅見学 ・ 部屋の探し方、間取り、住宅改修など	Zoom ミーティング
第8回 7月31日(日) 13:30~16:00	制度・金銭管理について ・ 自分の使える制度って ・ ひと月に使えるお金って	Zoom ミーティング
第9回 8月7日(日) 13:30~16:00	家族について ・ 自分の家族について考えてみよう	Zoom ミーティング
第10回 8月21日(日) 13:30~16:00	まとめ ・ 反省と感想 ・ フリートーク	Zoom ミーティング

- ※ プログラムの内容は変更になることもあります。
- ※ 8月14日はお盆のためお休みです
- ※ 新型コロナウイルスの感染状況によっては、調理実習を中止にする場合があります。