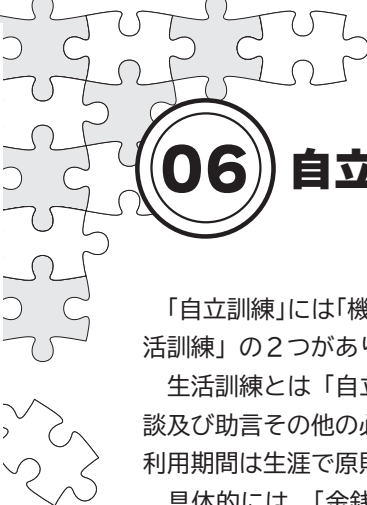




06

自立訓練（生活訓練）とは

「自立訓練」には「機能訓練（身体機能の向上と、生活能力の向上を目指す）」と「生活訓練」の2つがあり、主に発達障害の方が利用するのは「生活訓練」です。

生活訓練とは「自立した日常生活を営むために必要な訓練、生活等に関する相談及び助言その他の必要な支援を受ける」サービスです。（厚生労働省 HP 参照）
利用期間は生涯で原則2年間です。

具体的には、「金銭管理や家事、生活リズムなどの生活能力を向上させるための練習を行う」「自己理解・障害理解を深める、ソーシャルスキルを身に付けるなどのプログラムを受ける」「体を動かすなどのレクリエーションを受ける」などです。

申請窓口は各区福祉事務所障害者支援課（P. 34）です。

体験談

学校は卒業したけど、すぐに働いたり作業するのは難しいし、「もうちょっと自分のことや世の中のことを学びたい」という本人の思いがあり利用したいと考えています。（家族）

福祉型大学（福祉型カレッジ）について

最近では、就労移行支援（2年間）と組み合わせて計4年間の「福祉型大学（福祉型カレッジ）」という名称で「前半の2年間を生活訓練、後半の2年間を就労移行支援」を行う事業所もあります。（一般的な高等教育機関の「大学」とは異なります。）

