

みちとは？

精神・発達障害のある方へ“人・場・社会”と「出会い・つながれる」体験を提供し、症状の除去や問題点の解決が目標ではなく、「どのような人生を送りたいか？」といった本人の価値に基づいた支援（リカバリー）を行うという法人理念を軸とし、自らが主人公である人生（未来）を自らの力で描いてもらえるよう、自分らしい暮らしを考え、学び、身につける

大人の寺子屋 です。

具体的には…

- ✓ 自立したいが、自信がない
- ✓ 日常生活を見直したい
- ✓ 対人関係の練習をしたい
- ✓ 症状をコントロールしたい
- ✓ 就労に向けて準備したい
- ✓ 自己理解を深めたい

などのお悩みを持つ方を支援しています。

見学 体験 お待ちしております。

お気軽にご相談ください。

メールでのお問い合わせもお待ちしております。



お問い合わせ

地域自立支援センター みち

☎052-532-1144

名古屋市西区花の木3-16-28 清光ビル花の木4F

お問い合わせ 月～金 9:30～17:45

開所日 月～金 9:30～15:30 (土・日・祝不定期開所)

✉ syadanshin@yahoo.co.jp

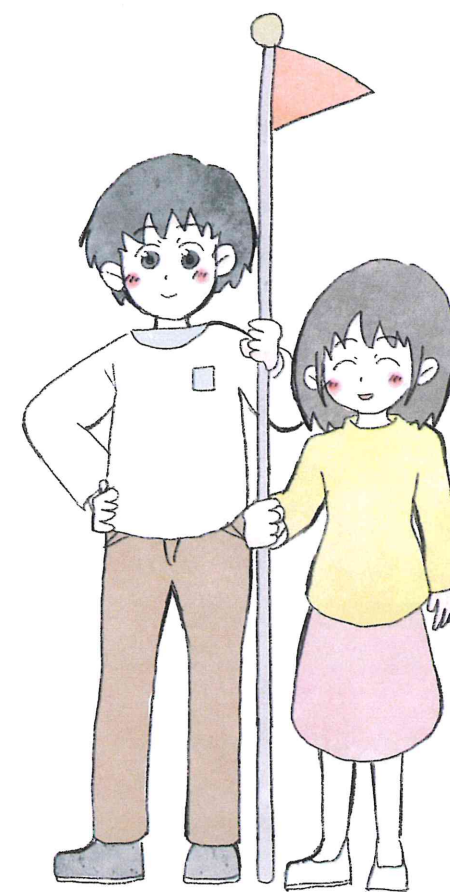
🌐 https://syadanshin.com



市営地下鉄 鶴舞線 浄心駅5番出口より徒歩1分

精神・発達障害がある方の地域支援
地域自立支援センター

みち



自分自身の人生の主人公に



みちへ入所

2年間でなりたい自分へ ロードマップ

特徴①

個別担当と考える振り返る

なりたい自分に向けてどうしたらよいか？や、心身の不調（睡眠・行動・感情）への工夫を一緒に考えます。

不安 恐怖 怒り
苦しさ 憤り 等



1～2ヶ月目

経緯と計画

これまでの生活と今後の要望から、2年間の支援プランを作成

1年

改めて中間・最終
目標を確認



短期目標に
向かってチャレンジ！

特徴③

やりたい!に挑戦

できるようになりたいこと、
やりたいことを応援します。

ボランティア | 一人暮らし | お仕事
友人作り | 料理・お菓子作り

Recovery



2年後

希望の生活!
なりたい自分に



卒業を見越した
次への
つながりをもつ

特徴②

みんなで学ぶ

座学だけでなく、仲間と意見交換したり、一緒に体験することで学びや気づきを深めます。

専門的なことから、人や地域とのつながりを作る、企画プログラムまで多彩な内容をご用意しています。

WRAP | 認知行動療法 | リラックス法 | ヨガ
アサーション | アンガーマネジメント

みちが実施する **3つの特徴** を生かした支援

特徴① 徹底した個別支援

担当支援員がつき、週1回の面談

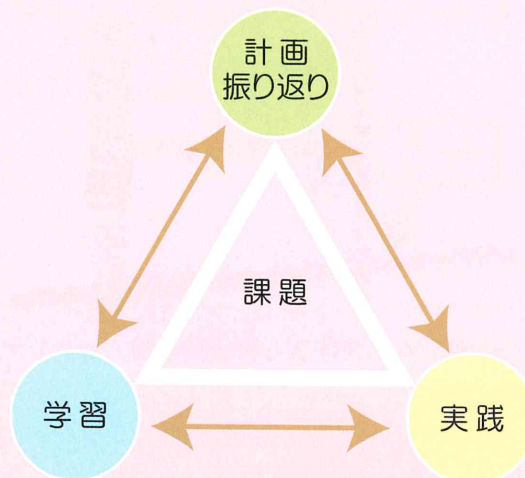
特徴② 多彩な集団プログラム

心と向き合う 体と向き合う 病気と向き合う
仲間と向き合う 地域活動やボランティア
などの多様なプログラムを1日2回実施

特徴③ 地域活動

地域でやってみたい!実践したい!
と一緒に計画・体験

自立へのサイクルを支援



みちの一日

9:30	開所 ※個人ノート記入
10:30	午前のプログラム
12:00	昼休み(昼食有)
13:30	午後のプログラム
15:30	終了

- 空き時間は
自主企画 サークル活動 面談 を実施しています。
- BBQやクリスマスなど各種イベントもあります。
- 精神保健福祉士・臨床心理士・ヨガインストラクターなど多様なスタッフがサポートします。