

参加者大募集!

# 障害者の 自立生活プログラム オンライン講座

自立生活プログラム(ILP)とは、障害者が地域で自立した生活を送るために必要となる知識を学ぶ講座です。長い間を施設や在宅で生活していた障害者は、地域で生活していくノウハウを学ぶ機会が少なかったからです。

この講座では、地域で自立した生活を送っている先輩障害者から自立の楽しさや大変さ、生活の知恵などを学び、自分自身に力をつけ将来の自立を考えるきっかけ作りに活用してもらえればと思います。

■ 日時：2021年9月2日(木)から  
2021年11月4日(木)まで  
毎週木曜日(全10回)13時半～16時

■ 場所：ZOOM(オンライン会議システム)  
調理実習は福祉ボランティア会館ミオス

◆ 対象者：自立生活に興味ある障害をもつ方

◆ 参加費：無料

◆ リーダー：鈴木仁美

◆ サブリーダー：稲田康二・三浦大輔・八木郷太

◆ 定員：4名(応募多数の場合は選考とします)

◆ 申込み：8月27日までに下記の google フォーム、  
または連絡先に申し込みください。

Google フォーム：<https://forms.gle/ButiQ4HbHtoRuLNS9> →→

※講座は ZOOM での開催になります。

ZOOM に関して等、ご不明な点がございましたらお問い合わせください。

第1回	自己紹介、目標設定 自立とは？
第2回	自立生活運動、CIL の歴史
第3回	障害ってなに？
第4回	介助者との関係①
第5回	介助者との関係② 掃除、洗濯のやり方
第6回	金銭管理、制度学習
第7回	オンラインお宅訪問 不動産交渉
第8回	調理実習
第9回	家族との関係
第10回	反省と打ち上げ



お問い合わせ  
申込み先

どんなに重度の障害があっても  
その人が地域社会の中で  
自分らしく生きられるよう  
一緒に考え応援していきます。

自立生活センターいろは

〒311-4141 水戸市赤塚1-1970-5 KTMビル1B  
TEL: 029-252-8486 / FAX: 029-252-8487  
E-mail: info@cil-iroha.com

# 自立生活プログラム長期講座 参加申込書

No. \_\_\_\_\_ 申込日 年 月 日

ふりがな			性別	
氏名			年齢	
連絡先住所	(〒 - )		この講座は何処で知りましたか？	
電話番号		FAX		
携帯電話		E-mail		
所属団体				
障害の有無	有 (障害名 第 種 級) ・ 無			
講座を受けた理由				
補装具	該当するものに必ず“○”を付けてください。 1.手動車いす 2.電動車いす 3.松葉杖 4.なし 5.その他 ( )			
Zoom	オンライン会議システム Zoom を使用したことがありますか？ 1.はい 2.いいえ 3.疑問点など ( )			
備考	障害の状況、また講座参加中にセンターが留意すべきこと等お書きください。			

申込み締切日までに必着でお願いします。

.....  
 どんなに重度の障害があっても、その人が地域社会の中で  
 自分らしく生きられるよう一緒に考え応援していきます。  
 .....  
 **CIL いろは**  
 自立生活センター  
**CILいろは(自立生活センターいろは)**  
 〒311-4141 水戸市赤塚 1-1970-5 KTMビル1B  
 TEL 029-252-8486/FAX 029-252-8487  
 E-mail: info@cil-iroha.com  
 担当：八木  
 .....