

第31期

ちようき

じりつ

せいかつ

長期自立生活プログラム

一人暮らしをしたいけど、自分には「無理」「できない」と思っている方いませんか？

そういう方に必見！！

当センターは、どんな重度な障害を持っていても一人暮らしができると考えています。

そのノウハウを学ぶ勉強の場として『長期自立生活プログラム』を開催します。

講座では自分にはどんな制度が使えるか、ヘルパーにどのように指示を出したらよいか、料理はどうしたらよいかなどの内容で、皆さんと楽しくやっています。

興味がある方、一人暮らしをしたいと考えている方、この講座を受けてみませんか？

お気軽にお問い合わせください。

期 間：5月15日(木)～7月24日(木)（毎週木曜日／全11回）

時 間：13時～17時（講座によって時間変更あり）

場 所：自立生活センター・小平 事務所

受講料：11,000円

※調理実習と外出体験では材料費や交通費などの費用が別にかかります。

定員：6名

対象者：障害をお持ちの方

※切：5月7日(水)

リーダー：澤田・長田

問 い 合 わ せ 先

自立生活センター・小平

〒187-0003

東京都小平市花小金井南町1-18-45-1

TEL:042-467-7235 FAX:042-467-7335

MAIL:cilkodaira3@gmail.com

申し込みはこちらのQRコード
から もしくは申し込み用紙を
郵送またはFAXしてください



問 い 合 わ せ 担 当：瀧澤

後援：全国自立生活センター協議会／小平市役所／小平市社会福祉協議会