

〈ご利用までの流れ〉

見学

施設内を見学していただき、サービスの概要をご説明します。事前予約をお願いします。
【見学会：毎週（火）14：15～】

(チャレンジ事業・短期入所)

目標の確認や入所後の生活のイメージ作りができるので、チャレンジ事業・短期入所の利用をおすすめしています。

利用申込書類の提出

「利用連絡票」（紹介機関が作成）と「診療情報提供書」（主治医が作成）の提出をお願いします。

利用前支援会議

ご本人・ご家族・紹介機関の方などと一緒に利用目的や目標、利用中の過ごし方などを話し合います。

受給者証の発行

区役所で「宿泊型自立訓練」および「自立訓練（生活訓練）」の支給決定を受けて下さい。

利用契約・利用開始

入所当日、契約書を取り交わし、「個別支援計画書」を作成し、計画に沿って支援を開始します。



公益財団法人
横浜市総合保健医療財団
横浜市総合保健医療センター 3F
ハイツかもめ（生活訓練係）

〒222-0035
横浜市港北区鳥山町1735番地



《交通案内》

電車：JR 横浜線、相鉄新横浜線、東急新横浜線
市営地下鉄「新横浜駅」から徒歩約15分

バス：新横浜駅より
市営バス（96系統）「浜鳥橋」下車徒歩約1分

公式ホームページ
各種SNS

HP



Facebook



Instagram



ハイツ かもめ

宿泊型自立訓練
自立訓練（生活訓練）



《お問い合わせ・見学申し込み先》

横浜市総合保健医療センター
ハイツかもめ

☎ 045-475-0162

ハイツかもめ入所開始 契約・個別支援計画書作成

入所に際し、今後の目標や取組み内容、支援方法などを確認し、個別支援計画書を作成します。



実際に生活しながら、必要な 生活スキルを身に付ける

プログラムや個別の面接・生活訓練等を通じ、生活スキルを学び、ご自分に合った生活スタイルを見つけましょう。



3ヶ月毎に支援会議を開催

ご家族や紹介機関も交えて、定期的に取り組み状況を振り返り、今後の支援計画を見直します。



住まい探し・新生活準備

新たな住まいを見つけ、退所後の支援体制を整え、家具・家電の購入や引越し準備等をサポートします。



ハイツかもめ退所

一人暮らしやグループホームなどでの新生活スタート。状況に応じて退所後も一定期間支援を継続します。



気づきの場

準備の場

体験の場

〈支援内容〉

◇集団プログラム

- ・**基礎準備コース**：掃除、洗濯、簡単調理、金銭管理等
- ・**地域生活準備コース**：物件情報の見方、不動産店へ行く前の心構え、制度の活用方法等
- ・**体調管理コース**：ストレス対処方法、生活リズムと日中活動、体の健康について等

◇個別支援

- ・**面接**：金銭管理、生活リズム、対人関係、通所・通院等の取り組み、生活状況の振り返り等
- ・**同行支援**：受診同行、通所先等の見学同行、役所での手続き支援、不動産店へ同行、グループホーム見学等
- ・**個別生活訓練**：自炊や居室の掃除、洗濯に関する助言や見守り、服薬管理の確認等

〈利用された方の声〉

当事者：本当に一人でやっていけるのか不安でしたが、職員さんが色々相談に乗ってくれて、不動産屋にも一緒に行ってくれて、気に入った住まいが見つかった。



ご家族：将来のことがずっと心配でしたが、色々な方に支えられて、支援会議で少しずつできることが増えていく本人の様子を聞き、安心しました。



居室の様子



プログラムの様子



個別生活訓練の様子



〈利用料金〉

費用は障害支援区分や利用者負担階層により異なります。

所得区分	生活保護	低所得 1・2	一般	
利用者負担階層	01	02・03	04	05
給食費		朝180円 昼250円 夕350円	朝450円 昼550円 夕700円	
光熱水費・訓練経費等(月額)	0円	約10,500円/月	約48,420円/月	

〈宿泊型自立訓練・自立訓練（生活訓練）とは〉

集団プログラムの参加、担当スタッフとの面接・同行・個別訓練等で、自立した生活に向けた生活スキルを身につけることができます。

また、ハイツかもめに入所し、見守り・支援のある環境で過ごすことにより、自立した生活の体験・練習ができます。

〈利用期間〉

原則1年以内の利用期間となります。

〈こんな方におすすめです〉

- ☆精神科病院に長期入院をしており、退院後はアパートかグループホームで暮らしたいが、その前に、地域生活の練習をしたい。
- ☆親元から独立して単身生活を始めたいが、ひとり暮らしの経験がなく、自信がない。