

施設名	Conatus Suginami(コナトゥス スギナミ)		
運営法人	一般社団法人Conatus		
施設の所在地	〒167-0042 杉並区西荻北2-1-10 並のービル1F及び2F	TEL	03-5311-1237
		FAX	03-5311-1238

交通機関			
①JR中央線・総武線 西荻窪駅 徒歩5分			
②西武新宿線 井荻駅南口バス(西50)「西荻窪駅北口」下車 徒歩5分			
③西武新宿線 上石神井駅南口バス(西03)「西荻窪駅北口」下車 徒歩5分			
④西武池袋線 大泉学園駅南口(3番のりば西03)「西荻窪駅北口」下車 徒歩5分			

施設紹介
「日中活動を増やして生活能力の向上を図りたい」「(一般就労を目指して)医療保健所デイケアからのステップアップや福祉的就労からの再チャレンジを図りたい」「職場復帰を目指したい」という方を対象に、地域や職場などのコミュニティで過ごすために必要な生活スキルや社会スキルを習得を支援し、それぞれのニーズに合わせた社会参加を目指します。

事業内容及び定員						主な障害(重度◎)			通所の方法		食事提供	
就労移行	就労A型	就労B型	生活介護	自立訓練	施設入所	知的	精神	身体	自主通所		あり *副菜の一部提供	
				20		○	○					

開所日							閉所日			利用時間	
月	火	水	木	金	土	日	祝日	年末年始	夏季休暇	営業時間：午前9時30分から午後5時 サービス提供時間： 午前10時から午後3時<集団支援> 午後3時から午後4時<個別支援>	
○	○	○	○	○		○					

作業項目
以下のプログラムがあり、希望や目標に合わせて組み合わせができます。 ライフサポートプログラム ：スポーツやアートなどのレクリエーション活動を用いたグループワークによる『健康支援プログラム』と、コミュニケーションプログラムや心理教育などの『疾病予防プログラム』を通して健康の増進と病気の予防の支援します。 キャリアサポートプログラム ：事務補助や広報、販売、農業などの就労・職業準備性を高める『就職支援プログラム』と、ピアサポート活動や自主活動(資格の勉強や読書等の個人活動)などの『余暇支援プログラム』により、キャリアの再構築とコミュニティへの参加を支援します。 ※発達障害専門のプログラムも実施しています。

行事
ヨガ、クラフト、クッキング、外出などのレクリエーション活動を毎月実施。 その他に、キャンプやボルダリングなどのイベント活動や、写真講座やアロマセラピーなど専門家を呼んだワークショップを行います。就労に向けた講座なども定期的に行っています。

従たる施設①			
施設の所在地		電話	

従たる施設②			
施設の所在地		電話	

ご利用について

利用者負担は、お住いの自治体からその一部が負担されています。初めて障害福祉のサービスを使いたい場合には、区市町村から発行される障害福祉サービス受給者証が必要になります。

[利用期間：2年間 定員：20名]

ご利用料金

区分	世帯の収入状況	負担上限
生活保護	生活保護受給世帯	負担はありません
低所得	区市町村民税非課税世帯	負担はありません
一般1	区市町村民税非課税世帯 (所得割16万円未満)	9,300円
一般2	上記以外	37,200円

ご本人の前年所得や世帯の収入状況によって負担上限金額が変わるため、詳しくは各自治体にお問い合わせください。

※ 交通費・昼食代は、一部補助が出る場合があります。

見学申し込み

安心してご利用いただくために、見学・体験利用をおすすめしています。

見学の際は、一度プログラムにご参加いただくことになります。まずは、お電話にてお気軽にお問い合わせください。

アクセス

JR 中央線・JR 総武線
「西荻窪駅」より 徒歩5分

関東バス・西武バス
「西荻窪駅」停留所より 徒歩5分

南北バスすぎ丸（かえで路線）
「西荻マイロード入口」停留所より 徒歩すぐ



グループ活動を継続していくために

————— 感染症対策として実施していること —————

- 毎日の検温
- 体調の記録と報告
- 休日の過ごし方の相談
- 酸素飽和度・脈拍の計測
- 手洗い・消毒・所内の消毒
- 少人数体制のグループ分け

常に、変化や状況に応じた柔軟な体制づくりを、わたしたちは大切にしています。

一般社団法人

Conatus



Conatus（コナトゥス）では、精神保健福祉センターや保健センター、就労支援機関などで培ってきた臨床実践とプログラム開発の技術を活かし、障害者総合支援法に基づく精神保健・障害福祉分野における支援事業を通じて、「障害を抱える方の固有の尊厳や個人の自立と自律」と「地域社会における相互扶助文化の振興と潜在経済成長力の推進」を推進します。

さらに、『障害の有無によって分け隔てられることなく、人格と個性を相互に尊重しあいながら共生する持続可能な社会の実現』を目指します。

切り捨てのない、誰もが安心して失敗できる

Conatusのコミュニティケアシステム



Conatus Suginami

自立訓練（生活訓練）事業所

生活訓練とは…事業所に通いながら、自立した日常生活を営むために必要な訓練、生活に関する相談および助言、その他の必要な支援の実施に加え、居宅を訪問し日常生活動作能力の維持と向上を目的とした訓練等を実施する事業です。

Conatus Suginami の生活訓練事業の特徴は、『Well-Being（ウェルビーイング）』『Readiness（レディネス）』『Empowerment（エンパワメント）』をキーワードに、コミュニティ心理学に基づいた心理社会的アプローチを用いて、日常生活や社会生活に必要なスキルの習得や、障害者のコミュニティへの参加および福祉コミュニティの構築を包括的に支援します。

お問い合わせ

Conatus Suginami

TEL 03-5311-1237

〒167-0042

東京都杉並区西荻北2丁目1番10号
並の一ビル1F・2F

開所日 月・火・水・木・金・日

受付時間 9:30 - 16:30

FAX 03-5311-1238

MAIL info@conatus.or.jp

URL http://conatus.or.jp/

コナトゥス スギナミ

3つのキーワードを軸に、

自立生活支援プログラムを、グループ・アプローチで。

コミュニティ心理学に則った心理社会的アプローチを用いて、包括的な支援をします。

WELL-BEING ウェルビーイング

LSP ライフサポートプログラム
Life Support Program

病気や障害の理解を深め、健康の増進を支援することで、ウェルビーイングを高めます

健康支援プログラム

様々なレクリエーション活動を用いたグループワークと、健康に関するグループ学習を通して、ライフスキルの習得と健康的な生活を支援します。

疾病予防プログラム

障害や病態の理解、さらに自己内省を促すグループ学習やグループ療法を用いて、障害特性の把握や疾病の予防を援助します。

主な活動

レクリエーション活動

芸術系(アート・クラフト)/運動系(ヨガ・スポーツ)/娯楽系(ゲーム)
料理系(クッキング)/外出系(フィールドトリップ)

健康教育

生活リズム/レジャー教育/情報リテラシー/ストレス対処
服薬マネジメント/金銭マネジメント

心理教育

発達障害、統合失調症、気分障害などの精神障害に関する
グループ学習/社会的コミュニケーションに関するグループ療法

READINESS レディネス

CSP キャリアサポートプログラム
Career Support Program

キャリアの再形成を支援し、職場や地域などのコミュニティ参加の準備性(レディネス)を高めます

就労支援プログラム

様々な業務トレーニングと、障害者雇用などの福祉に関するグループ学習を通して、労働・就労準備性を高め、職場コミュニティへの参加を援助します。

余暇支援プログラム

ピアサポート活動への参加や自主的な余暇活動の取り組みの支援を通して、余暇生活の充実を図り、地域コミュニティへの参加を援助します。

主な活動

業務トレーニング

[内部実習]: 事務系・清掃系・農業系・広報系・販売系
[外部実習]: カフェ実習/清掃実習/事務補助実習 など

福祉教育

福祉リテラシー/権利擁護/セラピューティックプレゼンテーション
ジシュ活: 自主活動

啓発系(各種資格の勉強・イラスト作成)
発散系(TVゲーム・テーブルゲーム)/休息系(動画閲覧・読書)

コミュ活: ピアサポートのコミュニティ活動

イベント/ミーティング/テームーク

EMPOWERMENT エンパワメント

SSP ソーシャルサポートプログラム
Social Support Program

個人や環境への支援を通して、エンパワメントの向上を図り、コミュニティへの適合を高めます

個別支援プログラム

面談、相談、訪問など、生活面や医療面に関する個人の支援を通して、生活課題の解決と自立性を支援します。

環境支援プログラム

家族をサポートする家族支援、関係者とのネットワークの形成、さらにピアサポート活動の支援を通して、安定した環境づくりを目指します。

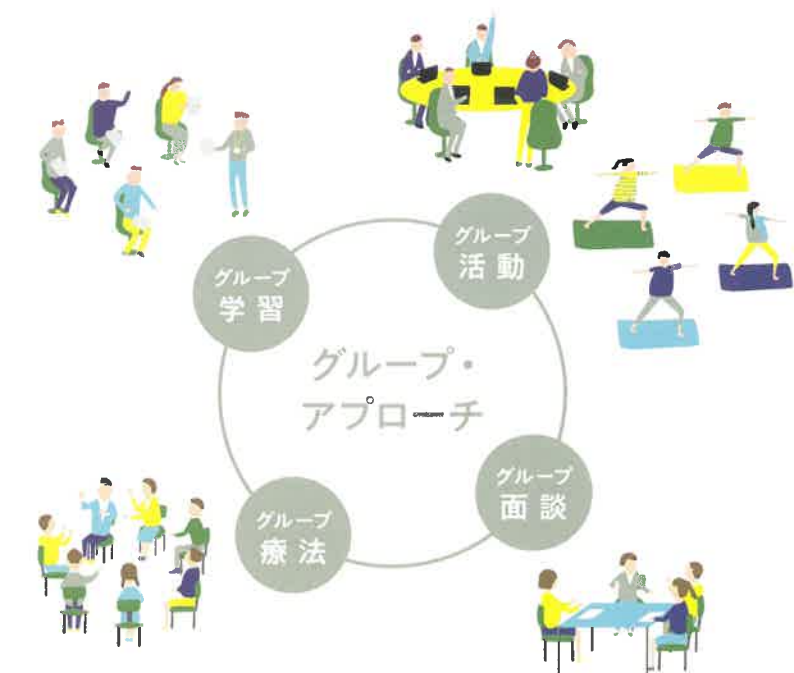
主な活動

個別支援

個別面談(インテーク面談・モニタリング面談)
個別相談(生活相談・医療相談)
訪問支援(家庭訪問・同行受診)

環境支援

家族教室
合同カンファレンス(関係者会議)
ピアサポート活動
地域ネットワーク活動



発達障害プログラム

Communication Enhancement Session (CES)

社会的コミュニケーションに特化したグループ療法で、発達障害の方が苦手とする相手の気持ちや文脈の読み取りといった『社会的(語用論的)コミュニケーション』に関するプログラムを通して、障害特性の理解を深めます。

構造化した各プログラムを組み合わせることで、

様々な病気や障害の方のニーズに合わせたサポートを可能にします

日中活動を増やしたい!

リハビリテーション タイプ

病院や保健所のデイケア、学校などから地域でのリハビリテーションへ移行して生活能力を向上させたい

生活能力を高めて生活リズムを整えられる

孤独や不安を軽減し、病気の予防ができる

一般就労を目指したい!

ステップアップ タイプ

福祉的就労からステップアップしたい、あるいはいきなり就労移行は自信がないが一般就労を目指したい

福祉的就労からステップアップしたい、あるいはいきなり就労移行は自信がないが一般就労を目指したい

対人関係など社会生活スキルが身につけられる

復職・復学をしたい!

リトライ タイプ

休職・休学して職場や学校へ復帰したい、あるいは就労支援で上手くいかなかったけど再挑戦したい

行動範囲や教養の幅を広げられる

自分の得意な部分を伸ばして自信をつけられる

基本スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日					
week 1st	10:00 LSP スポーツ or ヨガ	10:00 LSP スポーツ or ヨガ	10:00 LSP レク	10:00 LSP レク	10:00 CSP 就労準備	10:00 CSP 業務体験	10:00 CSP 業務体験	10:00 CSP ジシュ活	10:00 SSP グループ面談	10:00 CSP 就労準備	10:00 CSP 就労準備	
week 3rd	13:00 LSP スポーツ or ヨガ	13:00 企画MTG or 外出 or 料理	13:00 LSP レク	13:00 健康 教育	13:00 LSP コミュニケーション	13:00 CSP 業務体験	13:00 CSP 業務体験	13:00 CSP ジシュ活	13:00 SSP 個別相談	13:00 SSP 個別相談	13:00 休 み	13:00 CSP コミュ活
week 2nd	10:00 LSP アート or ゲーム	10:00 LSP アート or ゲーム	10:00 LSP 外出 or 料理	10:00 LSP 外出 or 料理	10:00 CSP 就労準備	10:00 CSP 業務体験	10:00 CSP 業務体験	10:00 CSP ジシュ活	10:00 SSP 個別相談	10:00 SSP 個別相談	10:00 休 み	10:00 CSP 就労準備
week 4th	13:00 LSP アート or ゲーム	13:00 準備MTG or 外出 or 料理	13:00 LSP 外出 or 料理	13:00 LSP 外出 or 料理	13:00 LSP 心理教育	13:00 CSP 業務体験	13:00 CSP 業務体験	13:00 CSP ジシュ活	13:00 SSP 個別相談	13:00 SSP 個別相談	13:00 休 み	13:00 CSP 福祉教育