

# 入所のための しおり



自立生活かなえるほーむ

**Toiroラボ**

〒649-6219 岩出市北大池92-1

TEL: 0736-79-3186 FAX: 0736-79-3187

この度、「<sup>じりっせい</sup>自立生活かなえるホーム <sup>トイロ</sup>Toiroラボ」に入所を希望していただき、  
ありがとうございます。

当施設では、可能な限り<sup>じこせんたく</sup>自己選択・<sup>じこけつてい</sup>自己決定を理念とし、<sup>りねん</sup>スタッフ一同努力を  
してまいります。集団生活のため、不便を感じる事も多くあるかと思ひます。  
入所後の生活について、予めご案内させていただきます。

## 施設・居室のご案内

- 1階5部屋、2階5部屋の計10部屋があります。

事務所前を101号室とし、105号室まで続きます。

(2階も同様、事務所前から201号室とし、205号室まで続きます。)

- 全室<sup>じょう</sup>6畳。冷蔵庫・エアコン・少しのハンガーラック、部屋干しラックが備え付けてあります。
- Wi-Fi完備。パスワードは「PW12345678sb」です。



## 入所手続きに必要なもの

- ① 保険証のコピー等、本人確認できるもの
- ② <sup>いんかん</sup>印鑑
- ③ <sup>じゅきゅうしゃしょう</sup>受給者証

※ 上記については必要に応じて事務所で預からせていただきます。ご了承下さい。

## 生活する上で必要なもの

### ◎ 身の周りの必需品<sup>ひつじゅひん</sup>

普段着上下、下着上下、パジャマ、靴下、洗面道具（歯ブラシ、歯磨き粉等）、バスタオル類、寝具、ごみ箱2つ（一般ゴミ・資源ゴミ）

### ◎ 必要に応じてお持ちいただくもの

テレビ、ベット、収納棚、ゲーム、イヤホン、携帯充電器、くし、置時計など。

※ 紛失防止<sup>ふんしつぼうし</sup>の為、持ち物には名前を記入してください。

## 持参できない物

居室使用電力<sup>きょしつしやうでんりよく</sup>を超える家電器具

アイロン、電気ポット、仏壇<sup>ぶつだん</sup>（要相談）、動物、危険物（灯油、マッチ、刃物）

## ホームでの暮らし

- ① お互いを認め合い助け合いながら、譲り合<sup>ゆず</sup>って生活していきましょう。
- ② 毎日を健康で生きがいのある生活を心がけましょう。
- ③ リビングや洗面所、廊下、トイレなど共同で使用する場所や物品は大切にきれいに使用しましょう。

## 日用品の支給品（共有スペースのみ）

- ティッシュ
- リンス
- ペーパータオル
- ボディーソープ
- ハンドソープ
- トイレットペーパー
- シャンプー

## 相談ごと（眠れないときやお話を聞いてもらいたいなど）

各部屋にiPadを支給しています。

生活上や体調面での相談、その他些細な事でも24時間対応可能です。

直接スタッフに声をかけてくださっても大丈夫ですし、iPadから連絡していただいても大丈夫です。一緒に考えていきましょう。

## 家族の方へのお願い

- ① 連絡先の住所、電話番号、健康保険証等<sup>けんこうほけんしょうとう</sup>に変更があった場合は、必ず連絡をお願いします。
- ② 通院を必要とする場合、付き添いをお願いすることがありますので、ご協力お願いします。
- ③ 面会時間は午前9時～午後9時までとなっております。  
感染予防対策として面会をお断りする場合がありますが、ご了承ください。
- ④ その他、ご不明な点は、遠慮なく職員へお尋ね<sup>たず</sup>下さい。

## TCC（トイロ・クリエイティブ・コミュニケーション）

せいしんしっかん  
精神疾患は特別な病気ではありません。

誰であれ、共同生活には不安や心配はつきものです。Toiroラボでは生活する中で感じる不安や心配などがあった場合、「TCC」という話し合いの機会を設けています。

TCCとは、対話を通じて認められる経験をし、理解を深め合う中でお互いに共感や意識・行動の変化を引き出し合い、新たな共同生活を作り出す、という事を目的としたコミュニケーションの機会になります。TCCは、月2～4回の定期開催<sup>ていきかいさい</sup>の他に、なにか不安や心配事などの兆し・きっかけがあれば、その都度開催させて頂く予定です。

## VRSST (ソーシャルスキルコミュニケーション)

日常で生活していく中で様々な場面で人とのコミュニケーションが必要になってきます。

「こういう時どのように声を掛けたいのだろう?」「困ったときはどうしたらいいのだろう?」等、色々と考えることが多いと思います。

VRSSTは、映像を通じて人それぞれの苦手な場面をその場で体験することによって、コミュニケーションスキルや問題解決能力<sup>もんだいかいけつのうりょく</sup>を高める練習を行うことができます。

誰でも苦手な場面はありますので、VRSSTを通じて一緒に考えていきましょう。

SSTは月に1回、所定の場所で行います。個々に応じて受け方を変更できるので、遠慮なくスタッフに声を掛けてください。できるだけ希望に添えるように努力いたします。

## トークノート

トークノートは本人さんとToiroラボスタッフ、相談員さんとの連絡手段や情報共有のものです。1日1回Toiroラボスタッフが投稿します。イベント情報等、様々な内容を投稿しようと考えているので、覗いてみてください。(※ <sup>しょうさいべっしさんしょう</sup>詳細別紙参照)

## 入浴

お風呂は1階(男性)に2カ所、2階(女性)に2カ所あります。向かって左がL、右がRです。お風呂に入る時は必ずスタッフに声を掛けてから使用してください。使用時はドアに札を掛けておきます。

※ ルームタイプのお部屋は、室内にシャワー室を設けております。入浴されたい場合は、共有スペースに1つ備え付けてありますので、ご希望の際はスタッフに声を掛けて下さい。



## 食 事

食事は基本、朝食は午前7時、昼食は午前12時、夕食は午後6時となっています。

こんだて

献立は貼り出しているなので、確認してください。

※ 食事のキャンセルについては前々日の午後10時までにお知らせください。

前日と当日のキャンセルの場合は、料金が発生してしまうため、注意してください。

※ 食事の取り置きは2時間までとなっております。

もし、2時間を超える場合は食中毒の観点から破棄<sup>はき</sup>させていただきます。

## トイレ

トイレは1階（男性）に2ヶ所、2階（女性）に3ヶ所あります。

自身の部屋があるフロアのトイレを使用するようにしてください。

トイレットペーパー以外の物は、故障の原因になるので、流さないでください。

後で使用する人の事を考えて、綺麗にご利用ください。

## 洗 濯

お風呂と洗濯機が隣接している為、使用する時はスタッフに声をかけてください。

また洗濯が終わればスタッフから声掛けをするので、自室等でお待ちください。

使用するときには、必ず自分の名前が書かれたマグネットを洗濯機に貼っておいてください。

※マグネットはこちらで用意します。

## ゴミ捨て

一般ごみは火曜日と金曜日です。

資源ごみ（カン、ビン、ダンボール等）は火曜日です。

一般ごみと資源ごみは、各部屋に用意いただいたごみ箱に分別お願いします。

※ 各部屋で分別して頂いたゴミは、火曜日と金曜日の当日にスタッフがお声掛けして回収します。

## 健康管理

朝食が終わり次第、スタッフ（看護師）が検温の為、自室を訪問致します。その日の調子等、少しお話ができればと考えていますので、遠慮なくスタッフ（看護師）に伝えてください。

すいみんじょうきょうかくにん

※ 睡眠状況確認<sup>いせい</sup>の為、午前0時と午前3時と午前6時に自室のドアを開けて確認させていただきます。また、訪問スタッフはできるだけ同性になるよう配慮しておりますが、シフトの関係で異性になることがありますので、予めご了承ください。

## 通院

初回はToiroラボスタッフが同行致します。

2回目以降は相談員さんと相談の上、通院・同行介助サービスをご利用ください。

※ すでにサービスを利用されている方は、そのままサービスをご利用ください。

## 鍵の開錠・施錠

玄関の鍵は、午前6時に開けて、午後10時に閉めます。

原則として、外出は午前6時から午後10時の間でお願いします。

## 外出・外泊

外出する時は、スタッフに声をかけて、外出ノートに行き先などの記入をお願い致します。

※ 短時間であっても必ずスタッフへの声掛けとノートへの記入をお願い致します。

※ 外出中に帰宅時間が変更になった場合は、0736-79-3186（Toiroラボ事務所）に連絡してください。万が一、帰宅時間に戻らず連絡も取れなかった場合、近辺をスタッフで探させていただき、1時間経過しても見つからなかった場合には<sup>そうさくねが</sup>搜索願いを出させていただきます。

※ 感染予防のため、戻った際には手洗い・うがいをお願い致します。



# 料金

## ● 入居料金 (ホームタイプ)

家賃	32,000円
水道	3,000円
光熱費	9,000円
食費	40,000円
生活日用品	3,000円
合計	87,000円

## ● 入居料金 (ルームタイプ)

家賃	42,000円
水道	3,000円
光熱費	9,000円
食費	40,000円
生活日用品	3,000円
合計	97,000円

## ● 体験利用料金 (1泊あたり)

家賃	1,200円 (Hタイプ) 1,400円 (Rタイプ)
水道・光熱費	400円
食費	朝200円 昼500円 夕600円 } 1,300円
生活日用品	100円
合計	3,000円 (Hタイプ) 3,200円 (Rタイプ)

## ● 短期入所利用料金 (1日あたり)

水道・光熱費	400円
食費	朝200円 昼500円 夕600円 } 1,300円
生活日用品	100円
合計	1,800円

※ 体験・短期入所の場合は、1日の平均額に、入所した合計日数を掛けた金額になります。

● 家賃 1,200円 × 入所日数

● 水道・光熱費 400円 × 入所日数

● 食事 1,300円 (朝200円、昼500円、夕600円) × 入所日数

● 生活日用品 100円 × 入所日数

## ※ 入居の場合

- 87,000円 (ホームタイプ) – 10,000円 (助成)<sup>じょせい</sup> で、  
実質77,000円 (生活保護・非課税世帯<sup>ひかぜいせたい</sup>のみ)
  - 97,000円 (ルームタイプ) – 10,000円 (助成)<sup>じょせい</sup> で、  
実質87,000円 (生活保護・非課税世帯<sup>ひかぜいせたい</sup>のみ)
- 水道、光熱費、食費、生活日用品に関しては実費負担<sup>じっぴふたん</sup>になります。

## 郵便物について

郵便物は、ご本人に直接手渡しさせていただきます。

必要に応じて、一緒に中身を確認させていただくことがあります。予めご了承ください。

## 防災について

施設内は全面禁煙<sup>ぜんめんきつえん</sup>です。たばこは決められた場所で吸ってください。

年に数回、火災避難訓練<sup>かさいひなんくんれん</sup>を実施します。スタッフの指示<sup>そ</sup>に沿って行動してください。

## 重要事項

- ① 節電・節水にご協力下さい。
- ② 飲酒はルームタイプのみ可能となっています。
- ③ 金銭<sup>きんせん</sup>の貸し借りや品物<sup>しなもの</sup>のやりとりは、トラブルの原因になるので、おやめください。
- ④ 夜間のテレビ等の視聴は、周囲の利用者さんの迷惑にならないよう音量に配慮してください。
- ⑤ 消灯後 (午後10時以降) の他の部屋への出入りは控えてください。
- ⑥ 利用者さんの安全を守るため、防犯カメラを設置しています。

設置場所 ➡ 共有スペース・廊下・屋外

※ 各利用者さんのお部屋には設置していません。