

## よくあるご質問

- Q. どんな人が利用していますか？**  
**A.** コミュニケーションに自信がない、自己理解を深めたい、いろいろな経験をして学びたい方にピッタリです。
- Q. 利用日数は決まっていますか？**  
**A.** 週3日や4日からなど、自分に合ったペースで利用をスタートすることができます。
- Q. 交通費の補助はありますか？**  
**A.** エンカレッジとしての交通費補助制度があります(上限あり)。詳細はスタッフへお問い合わせください。
- Q. 障害者手帳がなくても利用できますか？**  
**A.** 医師による診断、もしくは自立支援医療の制度を利用している方であれば、障害者手帳がなくても利用できます。
- Q. 大学生も利用することはできますか？**  
**A.** 自治体が定めるいくつかの要件を満たせば利用することができます。詳細はスタッフへお問い合わせください。

## ご利用までの流れ



お住まいの市区町村の役所で手続きをします。  
 分からないところはエンカレッジがサポートします。

- ▶ 自立訓練事業は、障害者総合支援法に基づく障害福祉サービスです。
- ▶ ご利用には障害者手帳の所持もしくは発達障害の診断があることなど、一定の要件があります。
- ▶ ご本人の収入状況により利用料がかかる場合があります。
- ▶ エンカレッジを利用されている方の9割以上は、利用料が発生していません。
- ▶ ご利用に関することは、エンカレッジまでお問い合わせください。

### 見学のご案内

まずは **en+courage doors** のドアを開けてください。  
 体験から学ぶことのできる楽しい場所と時間が待っています。  
 ぜひ見学に来てください！  
 スタッフと優しい仲間がお待ちしております。



## en+courage doors

☎ 06-6926-8796

🌐 <https://en-c.jp/doors.html>

〒541-0041  
 大阪市中央区北浜1丁目3-14 リバーポイント北浜2F



### 就労支援事業所

**エンカレッジ大阪** ☎06-4705-7401  
 〒541-0052 大阪市中央区安土町3-5-6 ナカヒロビル2F

**エンカレッジ心斎橋** ☎06-6535-8585  
 〒550-0013 大阪市西区新町1-4-26 四ツ橋グランドビル2F

**エンカレッジ天満橋** ☎06-4790-9870  
 〒540-6591 大阪市中央区大手前1-7-31 OMMビル18F

**エンカレッジ京都** ☎075-746-6688  
 〒600-8218 京都市下京区西境町149 サザン京都駅前6F

**エンカレッジ京都三条** ☎075-254-8180  
 〒604-8004 京都市中京区中島町78 明治屋京都ビルディング8F

**エンカレッジ早稲田駅前** ☎03-6233-9954  
 〒162-0045 東京都新宿区馬場下町9番地 中羽ビル3F



doors は自分らしい一歩を踏み出すための新しい場所。  
 リラックスできる空間と自立に向けた  
 体験型プログラムが特徴の自立訓練事業所です。



en+courage



en+courage  
doors

これまでの福祉サービスにはなかった、まるで外にいるかのような開放的な空間は、きっと楽しく、行きたくなる場所になるはずです。  
ここから自分らしい一歩を踏み出しましょう。

エンカレッジは、2013年の創業以来、発達障害のある人の就労支援をしてきました。このたび、「就職したいけど不安」「将来何をしたいか分からない」「復職に向けてリズムを整えたい」といった方が、自分のペースで、自己理解を深めたり、コミュニケーションを学んだり、さまざまな体験ができる「自立訓練事業」を始めることにしました。

## doorsの特徴

Point

01

### 自然を感じる癒し空間でリラックス

アウトドアを取り入れた雰囲気は、きっと落ち着ける場所になると思います。心と体のバランスを整え、スタッフと相談しながら、自分らしく次の一歩を踏み出す準備ができます。

Point

02

### 人と関わりながら自己理解を深める

コミュニケーションが苦手な方でも楽しみながら参加できるプログラムを用意しています。スタッフ・仲間と話したり関わることで新たな自分に気づき、「自己理解」を深めていきます。

Point

03

### 自立に向けたリアル体験

料理や買い物、スポーツやアウトドアなど、体験型プログラムがたくさんあります。できること、楽しみを見つけることも自立への大切な一歩。doorsでは、いろいろなことを体験できます。

## プログラムの目的とテーマ

### カラダを動かす

- ・エクササイズ
- ・スポーツ
- ・ゲーム

### 人と関わる

- ・グループワーク
- ・クッキング
- ・ボードゲーム

### ココロを整える

- ・マインドフルネス
- ・リラクゼーション
- ・ストレスコーピング

体験

学び

### 外に出る

- ・ウォーキング
- ・買い物
- ・ソーシャルクラブ

### 話を聞く

- ・自己理解講座
- ・マナー講座
- ・企業見学

### 自分と向き合う

- ・面談
- ・読書
- ・自分研究

## 週間プログラム

自己理解

学習

コミュニケーション

体験・活動

	月	火	水	木	金
10時～11時	ココロを整える ・マインドフルネス ・個人学習	ココロを整える ・リラクゼーション ・個人学習	自分を知る ・発達障害ショートケアプログラム	ココロを整える ・マインドフルネス ・個人学習	ココロを整える ・リラクゼーション ・個人学習
11時～12時	話を聞く講座 ・自己理解 ・マナー講座	体験する	人と関わる ・レクリエーション ・ボードゲーム	話を聞く講座 ・ライフスキル ・コミュニケーション	人と関わる ・ミーティング ・ソーシャルクラブ
13時～14時	カラダを動かす ・エクササイズ ・ストレッチ	調理実習 ・買い物		外に出る ・ウォーキング ・スポーツ	体験する ・製作 ・軽作業
14時～15時	自分と向き合う ・面談 ・自分研究 ・PCワーク	自分と向き合う ・面談 ・自分研究 ・ワークサンプル		自分と向き合う ・面談 ・自分研究 ・PCワーク	自分と向き合う ・面談 ・自分研究 ・ワークサンプル

## 自立訓練と就労移行支援のステップ

支援学校  
高校・大学  
相談支援機関

自立訓練  
doors

- ・生活スキル
- ・体験
- ・自己理解

次の一歩を踏み出す

- ・就労移行支援 en+courage
- ・他福祉サービス
- ・就職