IDEND

「一人」じゃない、あなたの通勤への冒険。

「アイデンドと始める、自立への第一歩」



NotebookLM

一人で、大丈夫だろうか…？

就労を目指すとき、多くの方が
移動の不安を抱えています。
その気持ちは、決して特別な
ことではありません。



NotebookLM

目指すのは、あなたの世界を広げる「翼」です。

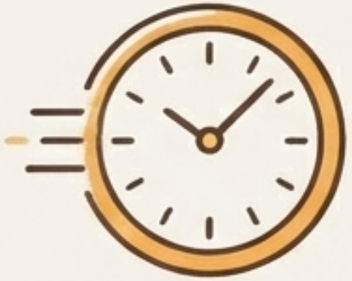
移動の自立は、単に職場に行けるようになることではありません。
それは「自分の意思で、好きな場所へ行けるようになる」
という、生活の豊かさに繋がるスキルです。



NotebookLM

なぜ「一人通所」が将来の就職に有利なのか？

一般就労において、自立通所ができることはあなたの強みとして高く評価されます。



1. 時間の管理能力

時刻表を調べ、逆算して行動できる力の証明になります。



2. トラブル対応力

交通機関の遅延時などに、自分で判断し連絡できる力は仕事でも重宝されます。



3. 体力の証明

毎日の移動は、一定のスタミナがあることの指標になります。

NotebookLM

私たちの約束：練習は「安心」を一つひとつ積み重ねるプロセスです。

送迎は「通過点」

まずは送迎で安定を。余裕が出てから練習を始めれば大丈夫です。

テクノロジーを味方に

ルート検索アプリやGPSなど、「一人」を助ける道具がたくさんあります。

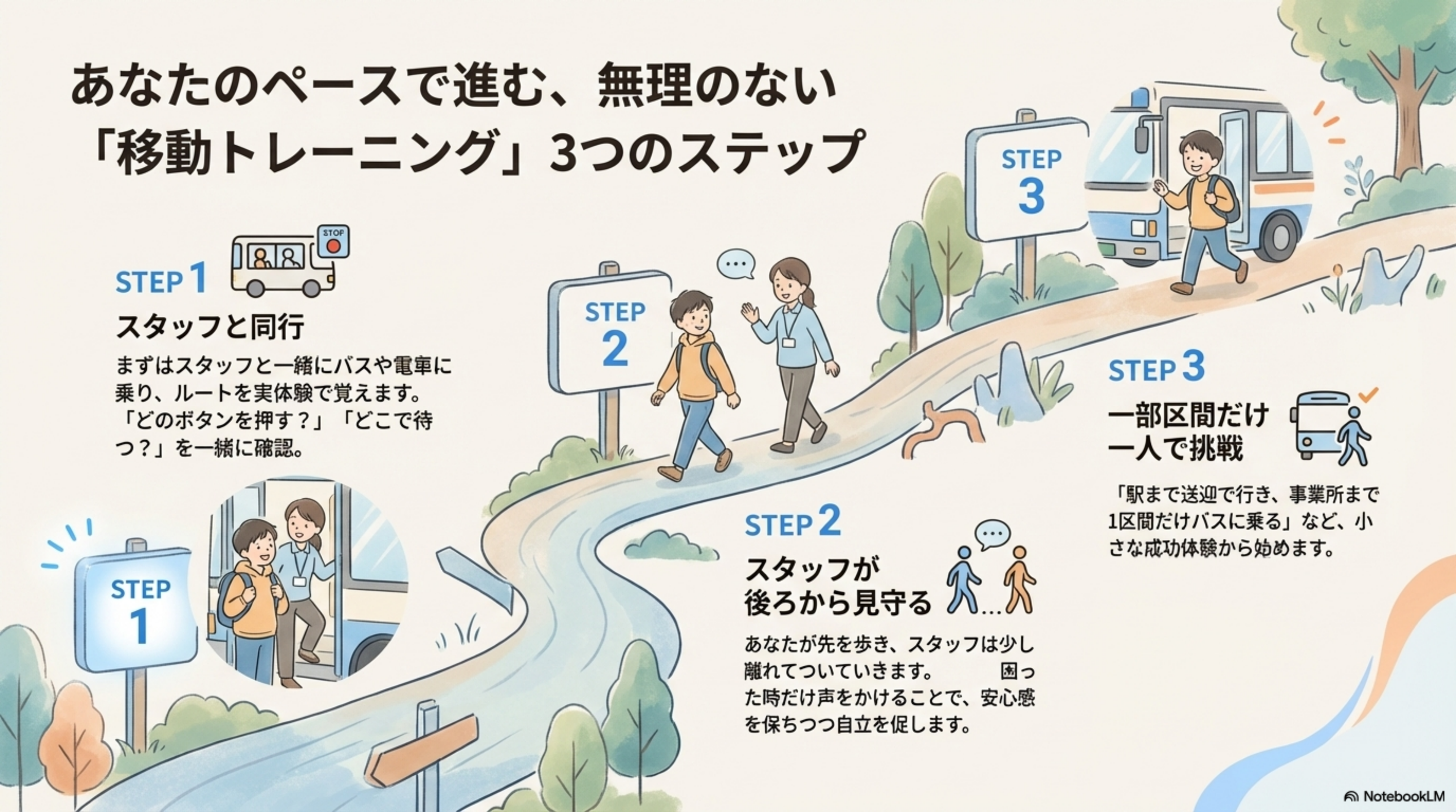
「もしも」への備え

失敗をシミュレーションし、対策を一緒に決めておくことが一番の安心材料になります。



NotebookLM

あなたのペースで進む、無理のない「移動トレーニング」3つのステップ



STEP 1

スタッフと同行

まずはスタッフと一緒にバスや電車に乗り、ルートを実体験で覚えます。「どのボタンを押す？」「どこで待つ？」を一緒に確認。

STEP 2

スタッフが後ろから見守る

あなたが先を歩き、スタッフは少し離れてついていきます。　　困った時だけ声をかけることで、安心感を保ちつつ自立を促します。

STEP 3

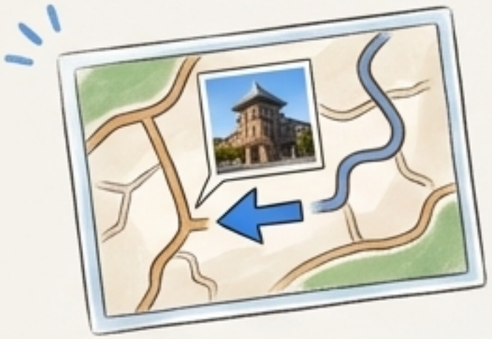
一部区間だけ一人で挑戦

「駅まで送迎で行き、事業所まで1区間だけバスに乗る」など、小さな成功体験から始めます。

NotebookLM

あなただけの「冒険の地図」を一緒に作ります

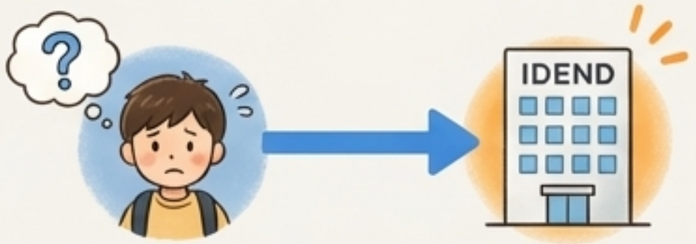
アイデンドの個別サポート内容



あなた専用ルートマップの作成：「○○バス停で降りて、左へ」など、写真付きで分かりやすい、あなただけのマップを作成します。



事業所での予行演習：ルート検索アプリの使い方やICカードのチャージ方法などを、マンツーマンで練習します。



緊急時の連絡体制：「迷った」「動けない」…そんな時、すぐにスタッフに繋がる体制を整えてからスタートします。

NotebookLM

不安を「安心」に変える、3つの便利ツール

アイデンドでは、これらのツールの活用を推奨し、準備をサポートしています。



ヘルプマーク

周囲に配慮が必要なことを伝え、いざという時に助けを得やすくします。



定型メッセージの登録

「○○行きに乗りました」「○○分遅れます」などをスマホに登録。パニック時でもワンタップで送信できます。



お守り代わりの「移動のしおり」

緊急連絡先やマップをまとめた紙のメモをカバンに。物理的な安心材料になります。

NotebookLM

「もしも」の時こそ、慌てないために。
失敗をシミュレーションするから、本番に強くなる。

スタッフと一緒に、起こりうるトラブルへの対策を事前に決めておきます。



もし…乗り過ごしたら？

対策：
次の駅で降りて、落ち着いてスタッフに連絡する。



もし…
電車やバスが運休したら？

対策：
代替ルートを調べるアプリの使い方を練習しておく。緊急連絡先に電話する。

NotebookLM

よくあるご質問 ①

Q.

Q. ずっと送迎を利用し続けてもいいのですか？

A.

A. もちろんです。一人通所が全てではありません。

体調や特性、ご自宅からの距離によっては、送迎サービスが最適な選択である場合も多いです。大切なのは、あなたが「どうありたいか」。そのお気持ちを、まずはスタッフに話してみてください。

NotebookLM

よくあるご質問②

Q.

Q. 一人で乗るのが「怖い」と感じるのは甘えでしょうか？

A.

A. 決して甘えではありません。

感覚過敏で騒音が苦手だったり、予期せぬ変化への不安が強かったりするのは、障害の特性です。アイデンドでは、その「怖さ」を否定せず、どうすればその気持ちを少しでも和らげることできるかを、あなたと一緒に考えます。

NotebookLM

あなたの「冒険」を、私たちが全力でバックアップします。



1. 段階的なステップで、無理なく練習する。

2. アプリやカードなどの最新ツールを賢く使う。

3. アイデンドのスタッフが、あなたの「安心」を支える。

NotebookLM

「聞いてみたい」その気持ちが、冒険の始まりです。

「こんなことを聞いてもいいのかな？」
どんな小さなことでも構いません。
あなたの不安や疑問に寄り添い、一緒に解決策を探します。
相談・見学はすべて無料です。



まずは一歩、踏出してみませんか？

アイデンド八戸：0178-32-0617（平日9-17時）　**アイデンド十和田**：0176-58-6257（平日9-17時）

ウェブサイトからのお問い合わせ・見学予約はこちら

NotebookLM