

# ぱる・おかやま

地域活動支援センターI型事業所  
相談支援事業所

「地域活動支援センターI型」  
〒700-0822  
岡山県岡山市北区表町3-7-27 / 2階  
TEL : (086) 201-1720  
FAX : (086) 201-1713  
Mail : pal-oka@mx35.tiki.ne.jp  
開所日：火曜日～土曜日（日・月・祝 休み）  
開所時間：10:00～16:00

ぱる

「相談支援事業所」  
〒703-8256  
岡山県岡山市中区浜475-5 / 2階  
TEL : (086) 201-1720  
FAX : (086) 201-1713

## ぱる・おかやまは・・・

病気や障がいがあっても地域で自分らしくいきいきと暮らしていくことができるよう、日々の相談や仲間づくりの支援、居場所の提供、余暇活動の支援などを行っています。安心して過ごせる場であるとともに、自分らしさを取り戻し、一歩踏み出せるような場作りを目指しています。  
『こんな生活を送りたい』という希望や困っていることについて相談にのり、障害福祉サービスの利用など希望する生活が実現できるようお手伝いします。

### 悩み相談

日々の生活で不安に感じていること、困っていること、経済的なこと、福祉サービスの利用などについて、電話・来所・訪問相談を行っています。

### 生活サポート

日々の生活を安心して過ごすことができるように「医・衣・職・食・友・住」に関わることなど、必要なサポートを行っています。

### 交流スペース

ぱる・おかやまでは交流・安らぎのスペースを提供しています。  
ゆっくり、のんびりと自由に過ごしていただける憩いの場になっています。

### サークル・イベント活動

#### ●サークル活動

お抹茶教室、ソフトボール、手芸サークル、パソコン教室などの活動を行っています。

#### ●イベントの開催

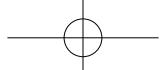
お花見、山登り、キャンプ、忘年会など季節にちなんだイベントを企画しています。

#### ●地域交流

地域の盆踊りやイベントへの参加、講演活動を通し、様々な方と交流しています。

### ピアサポート活動・当事者活動支援

ピアセンター「クローバー」と連携し、より良い居場所作り・仲間作りを支援します。  
また、当事者自身が発言できる場・表現できる場を作り、誰もが生き生きと暮らすことができる地域づくりを目指します。



## 情報発信

情報誌「ぱる通信」を発行し、地域での暮らしに役立つ情報を提供しています。

## 家族交流会

家族交流会（2ヶ月に1回）を開催し、悩みを語り合い、交流することで家族自身が元気になり、前向きに歩いていけるように、ご本人のよき理解者であるように…とサポートしています。

## 指定特定相談支援事業（計画相談）

障害福祉サービス等を利用する際に必要な「サービス等利用計画」を作成します。  
ご本人の生活の希望や悩みごとをお聞きし、現在の状況をふまえて計画を作成し、定期的に振り返り（モニタリング）を行います。

## 指定一般相談支援事業（①地域移行・②定着支援事業）

- ①地域で1人暮らしをしている方、もしくは同居のご家族に病気や障がいがあり、支援が見込めない方に対して、緊急時の支援体制を整え、安心して生活できるようサポートします。
- ②長期に渡り障害者支援施設等に入所している方、または精神科病院に入院している方が、地域生活へ円滑に移行する為の相談や必要な支援を行います。



お抹茶教室



ぱるランチ



山登り



お花見



キャンプ



忘年会