なりたい自分への道は
ひとつじゃない

ほっぷの森
カレッジ

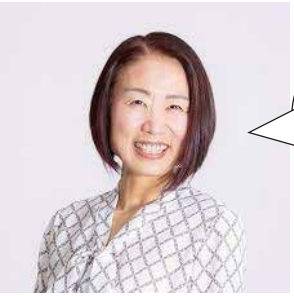
特定非営利活動法人ほっぷの森
お問合せ 022-797-8801

ほっぷの森カレッジって、どんなところ？

自立訓練（生活訓練）と就労移行支援を組み合わせることで、
より自由度の高い就労支援体制をつくりました。
教養課程・専門課程のある４年制大学になぞらえ、
「ほっぷの森カレッジ」と名づけました。

なりたい自分に近づく多彩なプログラム
個性あふれる講師陣と経験豊富なパートナー

※パートナー＝職員



プログラムはあるけど
選ぶのは自分。
自分用にアレンジも
できます

学長　**渡辺祥子**
（フリーアナウンサー）
担当：コミュニケーションプログラム
ロゴセラピー的生き方を学ぶ

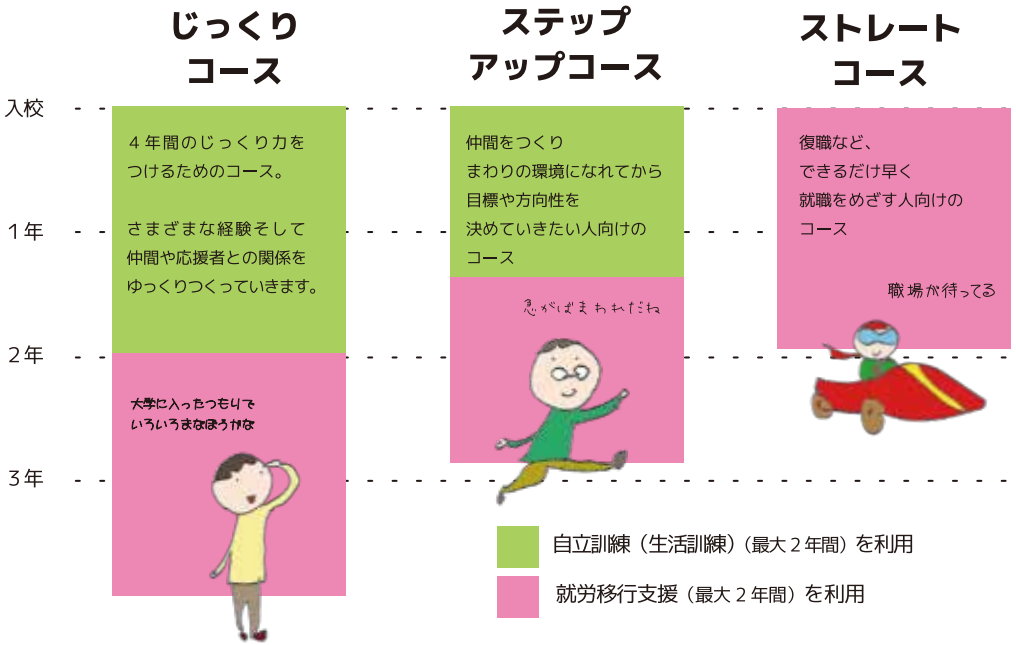
パートナーや
医療専門スタッフが
しっかりサポート
します！

副学長　**門脇篤**
（現代アーティスト）
担当：表現の基礎・応用

ほっぷの森カレッジだからできるこんな使い方

自立訓練（生活訓練）と就労移行支援を組み合わせることで
自分の速度で力をつけていけるしくみをつくりました。
自分の状況にあったところからはじめられます。

例えば



利用までの流れ

相談 → **見学** → **体験** → **利用手続き** → **利用**

ご連絡は、ご本人・ご家族・
支援者などから。
お気軽にご相談ください。

プログラムの見学・参加。
利用についてご説明いたし
ます。

体験期間は５日程度。
体調に合わせて
時間や日数を相談できます。

「利用したいな…」と思ったら
各市町村の窓口へ
利用の申請をします。

利用開始！

なりたい自分になるために、
どのようにステップを踏んでいくか、
相談支援員、社会福祉士、
作業療法士、医師など
専門家もまじえてご提案していきます。
自分のコースや利用開始日など、
相談しながら決めることができます。

自立訓練（生活訓練）事業
就労準備支援センター

あぽかぽ

大学で言えば
１～２年生の
教養課程かにゃ

日々のプログラムに参加しながら生活リズムを整え
一緒にやりたいこと出来ることを見つけていきます。

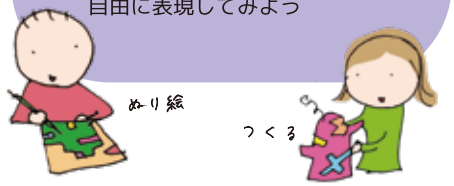
利用時間	10:00～15:00
休　　日	土・日・祝
利用期間	原則２年以内

生活トレーニング

普段の生活で出来ることを増やそう

表現のプログラム

いろいろな画材や素材を使って
自由に表現してみよう



グループ活動

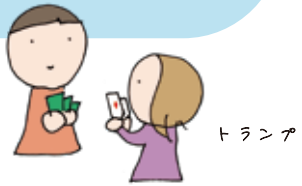
日頃の出来事をみんなで話そう

移動トレーニング

一人で通える方法を一緒に考え
実践してみよう

脳トレ

クイズやトランプなどで楽しく
脳を活性化させよう

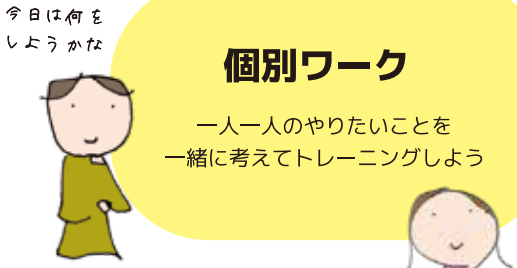


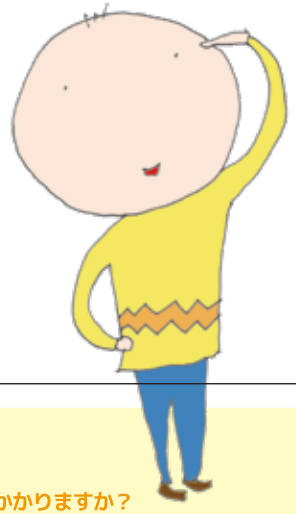
運動プログラム

自分に合った体の動かし方を知ろう

個別ワーク

一人一人のやりたいことを
一緒に考えてトレーニングしよう





ある週のあぽかぽ

	月曜	火曜	水曜	木曜	金曜
10:00	朝の会 １週間の予定の確認	朝の会	朝の会	朝の会	朝の会
11:00	生活トレーニング	脳トレ	表現のプログラム	運動プログラム	グループ活動
12:00 13:00	個別ワーク 午前中の集団でやったことをさらに個別にほりさげます				１週間のまとめ メモ練習
14:00	夕の会 掃　除	夕の会 掃　除	夕の会 掃　除	夕の会 掃　除	夕の会　掃除 移動トレーニング
15:00					

よくある質問

あぽかぽ

「あぽかぽ」は
カタルーニャ語で
「ゆっくり」という
意味です

Q：毎日通う必要がありますか？

A：いいえ。
月曜日～金曜日までの中でご本人と相談をしながら利用日数を決めていきます。
利用時間に関してもご本人と相談しながら決めていきます。

Q：必ず生活訓練で２年トレーニングしてから就労移行ですか？

A：いいえ。ご本人や相談支援事業所等と確認しながら就労移行へのステップアップを一緒に検討できます。
（※就労移行から利用開始する場合もあります）

共 通

Q：利用料はかかりますか？

A：かかる方とかからない方がいます。
前年度の所得によりますので、詳しくは各市町村の窓口での確認となります。

Q：利用にあたって障害者手帳が必要ですか？

A：障害者手帳がなくても医師の診断書等で利用できる場合があります。

Q：仙台市外に住んでいますが利用できますか？

A：はい、利用できます。

就労移行支援事業 就労支援センター ほっぷ

大学で言えば
3～4年生の
専門課程ね

さまざまなプログラムを通して学び、
２年間のトレーニング期間内で一般就労を目指します。

利用時間	10:00～16:00
休　　日	土・日・祝
利用期間	原則２年以内

基礎トレーニング スキルアップトレーニング

ひとりひとりの
個性とスピードを大切に。

- **コミュニケーション力**
  グループワーク
  ボイストレーニング
- **表現力**
  作文
  脳トレ
- **自己管理力**
  メモリーノート
- **作業スキル**
  パソコン
  簡易作業
- **ビジネスマナー**
  みだしなみ講座
- **健康・体力**
  ストレッチ
  栄養管理講座

就職活動

まずは働く力を身につけ
実践しましょう。

- ハローワーク活動
- 職業講話
- 職場実習
- 模擬面接
- 応募書類作成
- 企業訪問

フォローアップ

仕事を続けられるよう
サポートします。

- 就労定着支援
- ジョブコーチ支援
- 先輩会

就労した卒業生たちと
定期的に交流会を
開きます

先輩の話は
参考になるなあ

就労後も手あつい
フォローがあるにゃ

ある日のほっぷ

10:00	**始めのミーティング** スピーチ、今日の目標、あいさつ、ボイトレ、体操、ブレインジム
11:00	**コミュニケーション** 話し方・聞き方ロールプレイ 講師：渡辺祥子 （フリーアナウンサー）
12:00	
13:00	**就労に向けて** 就職活動の計画を整理し進捗を確認します
14:00	**セルフトレーニング** 軽作業や清掃作業、PC 入力など各々の目標に向けて訓練します
15:00	**終わりのミーティング** 明日の確認

ほっぷ利用のイメージ（２４ヶ月）

相談･見学･体験	利用開始	12ヶ月	24ヶ月
相談･見学･体験	基礎トレーニング	就労に向けて	就職活動･就労	フォローアップ

共通

Q：お昼は出ますか？
A：昼食提供はありません。
お弁当の方、外食の方、いろいろです。

Q：送迎はありますか？
A：いいえ。
現在のところ送迎の予定はありませんがトレーニングの中で公共の交通機関を利用しての移動訓練を予定しています。

ほっぷ

Q：就労支援センターほっぷの実績・就職率は？
A：就職率は８割以上。定着率も 85%を超えています（※一般企業への新規就職者、復職者、A 型事業所就職者）。

Q：利用できる年齢について教えて下さい
A：原則「６５歳未満」となっているので利用検討の際にご相談ください。

就労定着支援って？

就労定着支援センター ほっぷの実

「働き続けたい」をサポートする支援です。
月一回以上、訪問や面談をおこないます。
仕事をする上で困っていることを相談しながらいっしょに解決していきましょう。
就労半年後から最大３年間利用できます。

ほっぷの森

自然界においては動植物が互いに役割を持ち、豊かな森を創っています。
それぞれが、それぞれに意味があり、個性と個性が大きな森を創っています。
「ほっぷの森」は社会に豊かな森を創ろうとしています。
利用者を「スタッフ」、職員を「パートナー」と呼び、本人に寄り添いながら支えることを大切にしています。
様々な気づきや学びのプログラムの中で、自らが考え、決定し、歩み出すことを大切にしています。

相談支援センターほっぷの木

〒980-0014 仙台市青葉区本町 1-2-5
第三志ら梅ビル４階
TEL.022-208-8880　FAX.022-797-8802

就労定着支援センターほっぷの実

〒980-0014 仙台市青葉区本町 1-2-5
第三志ら梅ビル４階
TEL.022-797-8801　FAX.022-797-8802

TFU Cafeteria Olive

〒983-0852 仙台市宮城野区榴ヶ岡 2-5-26
東北福祉大学仙台駅東口キャンパス１階
TEL.022-762-7827　FAX.022-762-7828

びすた～り榴岡

〒983-0852 仙台市宮城野区榴ヶ岡 5 番地
みやぎ NPO プラザ１階
TEL&FAX.022-299-2888

びすた～りフードマーケット

〒982-0011 仙台市太白区長町 1-2-8
TEL.022-738-7231　FAX.022-738-7232

cafe Jho Jho（かふぇじょじょ）

〒982-0011 仙台市太白区長町 3-7-26 長町病院１階
TEL.022-796-1061　FAX.022-796-1062

お問合せ　特定非営利活動法人 **ほっぷの森**　TEL.022-797-8801　FAX.022-797-8802

ほっぷの森カレッジ

就労準備支援センターあぽかぽ

＜自立訓練（生活訓練）＞
2023 年 4 月開設

就労支援センターほっぷ

＜就労移行支援＞

〒980-0014 仙台市青葉区本町 1-2-5 第三志ら梅ビル４階　　仙台駅から徒歩５分