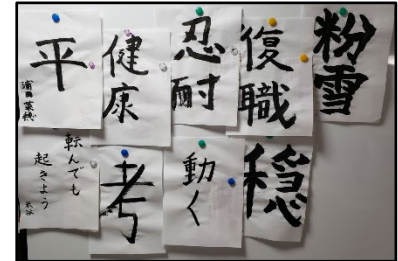




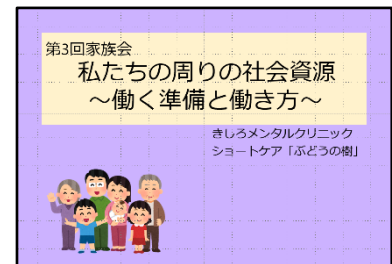
ぶどうの樹は3周年を迎えました！

あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひ申し上げます。ぶどうの樹は1月で3周年になります。スタッフもプログラム内容もパワーアップしていきたいと思っておりますので、引き続き一緒に頑張っていきましょう！



【ASDグループ】 ～家族会を開催しました♪～

12月に第3回家族会を開催いたしました。今回は就労に関する社会資源についてご家族の皆様と一緒に勉強しました。ご参加いただいたご家族様、ありがとうございました。今後は年4回の開催を予定しております。次回は2月の開催を予定しておりますので、奮ってご参加ください！



↑資料の一部はブログで↑

公開しています♪

【ADHDグループ】 ～まもなく第5クールが始まります～

2月14日（月）より、ADHDグループ第5グループ（全9回）が始まります。スケジュール帳や付箋を使用して時間管理をすることを通じて、自分の時間を丁寧に過ごすことを目指しています。同じような悩みを持つメンバーとディスカッションしながら、たくさんの「気付き」を見つけてみませんか？興味のある方は、是非気軽に体験してみてください。

【精神科ショートケアグループ】 ～2月の新プログラムのお知らせ～

今月号より、発達障害専門プログラムと同じ「ショートケア通信」にてお知らせをすることになりました。少し慣れないところがあるかもしれませんが、徐々に慣れていきましょう！わかりにくいところがあったら、遠慮せずにスタッフに相談してくださいね♪

内容	説明
節分イベント	寒いこの季節、簡単調理の練習でカット野菜を使って皆で豚汁やおにぎりを作ります♪参加される方はエプロン、三角巾持参をお願いしますね。
ボタン作り	切れ布をキットにセットし、オリジナルボタンを作ります♪簡単ですよ！
体の器官&モルック	体の器官～自分を体の一部に例えるとどこだと思えますか？目だったり足だったり、皆で意見交換しましょう。後半はフィンランドの競技で木の棒を投げて、ボーリングのようなそうでないようなモルックを、皆で体験しましょう♪

【受け付け時間のご案内】（ショートケア直通の電話番号：044-930-3310）

<午前> 受付：9:15～9:30 プログラム：9:30～12:30 ☎電話：9:00～12:45
 <午後> 受付：13:45～14:00 プログラム：14:00～17:00 ☎電話：13:45～18:00

2月のスケジュール

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	30	31	1	2	3	4	5	
午前				【精神科ショートケア】 ★ボタン作り	【レク】 健康チェック 【SST】 会話を続ける①	【SST】 会話を続ける① ※翌週が祝日なのでレクなしで SSTを進めます。	【SST】 会話を続ける	
午後				【精神科ショートケア】 ★節分イベント	【精神科ショートケア】 ★節分イベント		【SST】 会話を始める／続ける	
	6	7	8	9	10	11	12	
午前		【SST】 会話を終える		【精神科ショートケア】 リラックスヨガ	【レク】 バターゴルフ 【SST】 会話を続ける②	祝日のため 閉所	【SST】 会話を終える	
午後		⑧これからの自分とのつきあい方を考えよう！		【精神科ショートケア】 カレンダー作り～イラスト決定～	【精神科ショートケア】 カレンダー作り～イラスト決定～		※閉所→開所に変更	
	13	14	15	16	17	18	19	
午前		【SST】 表情訓練/ 相手の気持ちを考える		【精神科ショートケア】 フリー活動	【レク】 読書 【SST】 会話を終える①	【レク】 ぶどうLife 【SST】 会話を終える①	【SST】 表情訓練/ 相手の気持ちを考える	
午後		第5クール開始 ①ADHDタイプが時間に追われる理由を知ろう！		【精神科ショートケア】 ★からだの器官&モルック	【精神科ショートケア】 ★からだの器官&モルック			
	20	21	22	23	24	25	26	
午前		【SST】 障害理解・発達障害とは		祝日のため 閉所	【レク】 ピンポン 【SST】 会話を終える②	【レク】 健康チェック 【SST】 会話を終える②	【SST】 ※SSTはお休み メンバー懇親会	
午後		②夜更かしをやめる／やる気を出す方法を学ぶ			【精神科ショートケア】 自分のトリセツ～発表準備～		【精神科ショートケア】 自分のトリセツ～発表準備～	2022年 第1回 家族会
	27	28	1	2	3	4	5	
午前		【SST】 感情のコントロール（不安）	★MEMO★ ・11日（金）、23日（水）は祝日のため閉所になります。 ・26日（土）の午後は家族会を行います。詳細は別途ご案内いたします。 →午前と午後の進度を合わせるため、SSTはお休みです。「メンバー懇親会」はレクリエーションや座談会（ピアサポート）を行います。OB・OGの方もふるってご参加ください！					
午後		③気持ちのよい朝を過ごそう！						

グループは色ごとに分かれています。右側をご覧ください⇒

ASDグループ

ADHDグループ

精神科ショートケア

家族会