

# ぶどうの樹



## 緊急事態宣言が延長されました・・・

当初の予定では2月7日（日）までの予定でしたが、3月7日（日）まで延長されることになりました（※2月15日現在）。先の見えない状況が続き、「自粛疲れ」を感じるこの頃ですが、皆さまはいかがお過ごしでしょうか。SSTの中ではお伝えしている事ですが、環境の変化や日常の些細なこと積み重ねがストレスになります。セルフケアやコロナ禍でできるストレス対策について、グループ活動を通して考えていきましょう！

## 振り返り面接が始まります！（対象：発達障害専門プログラム参加者）

「ぶどうの樹」では定期的に振り返り面接を行っております。プログラム後に10～15分程度でスタッフと面接を行い、「ショートケアに参加してどうですか？」「普段の生活でお困りのことはありますか？」「今後のことをどのようにしていくか？」などのテーマについてお話ししていきます。スタッフから順次お声掛けしていきますので、一緒に振り返りを行っていきましょう！

## 発達障害専門プログラム 開所日：月曜日・木曜日（午前のみ）・金曜日・土曜日

月曜日のグループは3月8日から第5クールに入ります！また、木曜日グループは3月25日、金曜日グループは3月26日から第4クールに入ります。最初のテーマから参加したい方や、もう一度最初に戻って復習したい方は、新しい気持ちで取り組んでいきましょう。

木曜日、金曜日のグループは引き続き通所者さんの日常生活に即したウォーミングアップも行いますので、裏面のスケジュール表をご確認の上、奮ってご参加ください。

## 精神科ショートケア 開所日：水曜日

午前、午後ともに定員間近になっております。精神科ショートケアにご興味ある方はお早めにショートケアまでお問い合わせください。発達障害専門プログラムとの併用も可能ですので、皆様のご参加をお待ちしております。

3月	活動内容（レクリエーション）	
3日	【前半】フリー活動	【後半】大人の塗り絵
10日	ひな祭りイベント	
17日	【前半】リラックスヨガ	【後半】ダイエット講座
24日	創作活動～DIY カフェ用のコースターを作ろう～	
31日	【前半】カフェ	【後半】健康講座

## 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

【発達障害専門プログラム】3月のスケジュール

# 3月2021



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	1 【SST】 振り返り/卒業式	2	3 精神科ショートケア	4 【レク】 すごろくトーク 【SST】 ピアサポート② ※午後閉所	5 【レク】 ぼうしLife 【SST】 ピアサポート②	6 【SST】 挨拶をする・会話を始める
7	8 第5クールに入ります♪ 【SST】 コミュニケーションについて	9	10 精神科ショートケア	11 【レク】 ストレッチ/ゲーム 【SST】 感謝する/ほめる ※午後閉所	12 【レク】 コミュニケーションゲーム 【SST】 感謝する/ほめる	13 【SST】 会話を続ける
14	15 【SST】 挨拶をする・会話を始める	16	17 精神科ショートケア	18 【レク】 健康チェック 【SST】 振り返り/卒業式 ※午後閉所	19 【レク】 テーブルゲーム 【SST】 振り返り/卒業式	20 春分の日  祝日のため閉所
21	22 【SST】 会話を続ける	23	24 精神科ショートケア	25 第4クールに入ります♪ 【レク】 ポエム～思いをつづろう～ 【SST】 コミュニケーションについて ※午後閉所	26 第4クールに入ります♪ 【レク】 健康チェック 【SST】 コミュニケーションについて	27  学会参加のため閉所
28	29 【SST】 会話を終える	30	31 精神科ショートケア	1 ★MEMO★ ・20日（土）は祝日のため閉所になります。 ・27日（土）はスタッフの学会参加のため閉所になります。 ・月曜グループは8日から第5クールに入ります♪ ・木曜グループは25日から、金曜グループは26日から第4クールに入ります♪	2	3