ショートケア通信

ぶどうの樹

2021 年 8 月号

世の中はオリンピック！ 皆さんの金メダルはどこに・・・？

いよいよオリンピックの開催となりました。緊急事態宣言下でのオリンピックはどうなるのだろうか・・・と思いますが、しっかりと見届けたいと思います。頑張れ、日本！

さて、世間はオリンピックの話題で持ちきりですが、先日の「ぶどう Life」では「なりたい自分を考えるワーク」を行いました。体のことや心のこと、家庭のこと、仕事のことなど、さまざまなテーマについて、1 ヶ月後のなりたい自分を考えました。また、それを達成するための段取りをスタッフと一緒に計画しました。「オリンピックと、なりたい自分」。目標は違いますが、目標に向かって努力される通所者さんを応援していきたいと思います。一緒に頑張っていきましょう！

【ADHD グループ】

＜時間管理プログラムの第 2 クールが始まりました♪＞

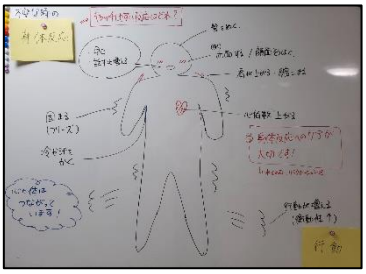
6 月で第 1 クールが終わり、7 月より第 2 クールが始まりました。新しいメンバーさんと共に、全 8 回を駆け抜けていきたいと思います。

また、第 3 クール以降での参加をご検討されている方の見学を随時受け付けております。「どんなプログラムをしているのか見てみたい」「全 8 回参加できるか不安」「ホームワークができるか心配」といった思いや心配のある方は、ぜひ一度見学にいらしてください。お問い合わせや見学のお申し込みをお待ちしております。

【ASD グループ】

＜月曜日と土曜日のグループが第 6 クールに入ります♪＞

8 月の第 1 週より、第 6 クールに入ります。「コミュニケーションとは何か？」「よりよい会話にするために、どのようなことを意識するとよいか？」といったコミュニケーションの基本に立ち返って考えていきます。すでに受講された人も、最初から参加したい人も、新しい気持ちでスタートしていきましょう！



最近のセッションより～不安と身体反応～

＜ベランダ菜園日記＞

6 月下旬に木曜午前グループの通所者さんと一緒に、ベランダ菜園を始めました。軍手をつけてプランターに土を用意し、しっかりと根付くことを祈りながらヒマワリやトマトなどを植えました。

他のグループの通所者さんにもプログラムの休憩時間等で水やりをしていただいています。今後も成長を見守りましょう。

【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)

【発達障害専門プログラム】8 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
	1	2	3	4	5	6	7
午前		第6クールに入ります♪ 【SST】 コミュニケーションについて		精神科ショートケア	【レク】 健康チェック 【SST】 上手に頼む①	【レク】 ぶどうLife ＊7月のぶどうLifeに参加された人は、その時のプリントを持ってきてください。 【SST】 上手に頼む①	第6クールに入ります♪ 【SST】 コミュニケーションについて
午後		④忙しい夕方のバタバタを乗り切ろう！			精神科ショートケア		
	8	9	10	11	12	13	14
午前		祝日のため閉所		精神科ショートケア	【レク】（↓本は持参でお願いします↓） 読書（マンガ・雑誌可） 【SST】 上手に頼む②	【レク】 テーブルゲーム 【SST】 上手に頼む②	【SST】 挨拶をする・会話を始める
午後					精神科ショートケア		
	15	16	17	18	19	20	21
午前		【SST】 挨拶をする・会話を始める		精神科ショートケア	【レク】 ダイエットプログラム 【SST】 上手に断る	【レク】 健康チェック 【SST】 上手に断る	【SST】 会話を続ける
午後		⑤日中を効率よく過ごそう！			精神科ショートケア		
	22	23	24	25	26	27	28
午前		【SST】 会話を続ける		クリニックの 夏休みのため閉所	クリニックの 夏休みのため閉所	クリニックの 夏休みのため閉所	クリニックの 夏休みのため閉所
午後		⑥面倒なことに重い腰を上げよう！					
	29	30	31	1	2	3	4
午前		【SST】 会話を終える		★MEMO★ ・12日（木）の読書は好きな本をご持参ください。マンガや雑誌も可能ですが、内容（暴力的、性描写が多いなど）にはご注意ください。 ・25日（水）～28日（土）はクリニックの夏休みのため、ショートケアも閉所になります。 ・月曜グループ・土曜グループは第6クールに入ります♪			
午後		⑦あとまわし癖を克服しよう！					