

ぶどうの樹



秋に向けて

毎月のように「暑い日々が続きますが…」と書いてきたショートケア通信ですが、ようやく暑さのピークは過ぎて、気持ちが秋に向いてきましたね。プログラム冒頭の自己紹介でも、ちらほらと秋に関する話題が出てきています。皆さんにとっての秋の楽しみは何ですか？（某スタッフは「栗とキノコの炊き込みご飯が好き！！」とっていました）。

【ASD グループ】月曜日午前のグループが終盤に差し掛かっています

後半の方のテーマになると「スキルを学ぶ」段階から「これまでのワークを通して知ってきたスキルや自分の特徴を踏まえて考える」段階へと進みます。より実践的で面白いと感じる人もいれば、向き合いたくない自分のことと向き合うような感じがしてつらいと感じる人もいるでしょう。気になることや心配なことがあればスタッフに相談してくださいね。

また10月23日（月）より新しいクールに入ります。継続して参加される方は改めて参加する上での目標を考えてみましょう。新しいメンバーさんも募集中です！

土曜日のASDグループの予約方法に関するお願い

- ★ 初めて参加される方 ⇒プログラム終了後に予約をお取りください。
- ★ そのテーマにすでに1回以上参加されている方
⇒そのプログラムがある週の火曜日9時以降にメール（short@kishiro-mental.jp）か、お問い合わせフォームにお名前をご記入の上、お申し込みください（先着順）。

【ADHD グループ】セルフマネジメントグループのご案内

10月7日（土）よりADHDの方を対象としたセルフマネジメントグループが開始します。参加者さんの困りごとによって話し合いの内容を柔軟に変えながら行うグループですので、今までに参加したことのある方も、奮ってご参加ください（定員を超過した場合は新規の方を優先いたしますことをご了承ください）。

【精神科ショートケアグループ】就労準備グループのご案内

10月5日（木）より、今後のステップアップや就労に向けて考えたい方を対象に就労準備グループの2クール目が開始となります。1クール目に出ている方も、興味があつて初めて出てみようという方も対象です。事業所の方の説明や見学も行いますので、ぜひご参加ください。

	午前	午後	お問い合わせ先
受付	9:15~9:30	13:45~14:00	<ul style="list-style-type: none"> ● 電話番号：044-930-3310 ● お問い合わせフォーム * QRコードを読み込んでください。 
プログラム	9:30~12:30	14:00~17:00	
電話対応時間	9:00~12:45	13:45~18:00	

10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		【ASDグループ】 (9)感謝する／ほめる	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 カードゲーム	【就労準備グループ】第2クール開始♪ (1)就労準備ピラミッド/日常生活の見直し	【ASDグループ】 ・ぶどうLife ・(7)障害理解・発達障害とは②	【SST】 (11)上手に断る	
午後		【女性ASDグループ】 (10)感情のコントロール②（怒り）	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 カードゲーム	【精神科ショートケア】 ダンスセラピー	閉所	【ADHDセルフマネジメント】NEW! (1)心理教育① 大人のADHDと二次障害	
	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】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 簡単調理	【就労準備グループ】 (2)マナー講座（挨拶・身だしなみ・言葉遣い）	【ASDグループ】 ・モルック ・(8)感情のコントロール（不安）①	【SST】 (12)社会資源	
午後			【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 簡単調理	【精神科ショートケア】 ショートカレンダー計画	閉所	【ADHDセルフマネジメント】 (2)心理教育② 認知行動療法の基本モデル	
	15	16	17	18	19	20	21	
午前		【ASDグループ】 (20)振り返り（卒業式）	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 創作活動～カレンダー制作～	【就労準備グループ】 (3)社会資源～就労先や事業所を調べてみよう	【ASDグループ】 ・秋の絵葉書 ・(8)感情のコントロール（不安）②	学会のため閉所	
午後		【女性ASDグループ】 ・運動系レクリエーション ・(11)ストレスについて	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 創作活動～カレンダー制作～	【精神科ショートケア】 プチ外出	閉所		
	22	23	24	25	26	27	28	
午前	綾部先生が 発表します！	【ASDグループ】第11クール開始♪ (1)コミュニケーションについて	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 リラックス&ヨガ	【就労準備グループ】 (4)TODOリスト・マルチタスク練習	【ASDグループ】 ・健康チェック ・(9)感情のコントロール（怒り）①	【SST】 (13)相手への気遣い	
午後			【女性ASDグループ】 ・健康チェック ・(12)これまでのまとめ・話し合い	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【精神科ショートケア】 リラックス&ヨガ	【精神科ショートケア】 アートセラピー	閉所	【OB・OG会】 第13回 レクリエーション & 座談会
	29	30	31	1	2	3	4	
午前		【ASDグループ】 (2)挨拶をする／会話を始める	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	★MEMO★ ・5日（木）より就労準備グループの新しいクールが始まります。 ・7日（土）より「ADHDのセルフマネジメントグループ」を開始いたします。 ・9日（月）は祝日（スポーツの日）のため閉所です。 ・21日（土）はスタッフの学会参加のため、ショートケアはお休みです。 ・23日（月）よりASDグループの新しいクールが始まります。 ・28日（土）の午後はOB・OG会を行います。日程調整の関係で、当面の間OB・OG会は午後に行います。				
午後		【女性ASDグループ】 ・(13)上手に頼む・上手に断る	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう					
発達障害の患者様を 対象としたグループ	ASDグループ 女性ASDグループ		ADHD（時間管理） ADHD（セルフマネジメント）		患者様全般を対象 としたグループ		精神科ショートケア 就労準備グループ	
					イベントとして開催 するグループ		家族会 OB・OG会	