

ぶどうの樹



新年度が始まります！

ショートケアはあまり年度単位では動いていませんが、社会は年度替わりの時期です。先月号でも記載しましたが、自分には変化がなくとも周りの人が慌ただしく過ごしていると、気づかぬうちにその影響を受けるものです。また花粉症のシーズンが本格化したり、インフルエンザが流行したりと体調面の変化も出やすい時期かと思います。あまり焦らず、自分のペースを作っていきましょう！

家族会のお知らせ

今年度最後の家族会を下記の通り開催いたします。今回はきしろ心理相談室に所属している心理士から、『家族の関わり方について』という題で講演を行います。「親御さんとして」、「配偶者として」どのように関わると良いかを一緒に勉強していきましょう。後半はこれまでと同様に座談会を行います。ご本人さんと関わる中での思いや悩みについて、他のご家族の方ともお話する機会となりますので、ふるってご参加ください。

日時：3/28（土）14時30分～16時30分

場所：ショートケア室（302号室）

対象：ショートケアに通所中、あるいは卒業後の患者様のご家族様（保護者、配偶者等）

OB・OG会 / OG会のお知らせ

レギュラーグループの進捗を鑑みて、4月以降は以下のように開催いたします。ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

〔OB・OG会（土曜日）〕

今後は以下のように開催いたします。

偶数月 これまで通りのOB・OG会を行います。

奇数月 SST勉強会として、SSTで取り扱う内容を一緒に勉強していきます。

- ・5月「障害理解」
- ・7月「コミュニケーションについて/会話シリーズ」
- ・9月「相手の気持ちを考える/ストレス対策」



- ① グループ参加まで待機期間がある方
 - ② 定期通所が難しく単発参加を希望したい方
 - ③ グループ卒業後も学びたい方
- を対象としています。

ご参加希望の方は主治医に確認の上、ショートケアまでお問い合わせください。



〔OG会（月曜日）〕

土曜日の変更に合わせて、4月からは**偶数月**での開催とさせていただきます。

	午前	午後	お問い合わせ先
受付	9:15～9:30	13:45～14:00	●電話番号：044-930-3310 ●公式LINE ●お問い合わせフォーム  
プログラム	9:30～12:30	14:00～17:00	
電話対応	9:00～12:45	13:45～18:00	

4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
	29	30	31	1	2	3	4
午前	【MEMO】 ・4/15(水) 午前は就労体験に参加しますのでプログラムはお休みです。 体験に参加される方には別途詳細をお伝えします。 ・4/29(金)は祝日のため閉所です。			【精神科ショートケア】 お花見散策	【就労準備グループ】 アンガーマネジメント ～ディーキャリアワーク講義～	【ASDグループ】 ・自己紹介/すごろくトーク ・コミュニケーションについて	【ASDグループ】 ・挨拶をする ・会話を始める
午後				【精神科ショートケア】 スポーツ	【精神科ショートケア】 フリー活動	閉所	【ADHD(時間管理)】 ①ADHDタイプが時間に追われる理由を知ろう
	5	6	7	8	9	10	11
午前		【ASDグループ】 ・会話を終える	【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】 季節の絵手紙	【就労準備グループ】 先延ばしへの対策を考えよう ～ワンブリッジ町田講義～	【ASDグループ】 ・スポーツ ・コミュニケーションについて	【ASDグループ】 ・会話を続ける
午後		【女性ASDグループ】 ・健康チェック ・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】 季節の絵手紙	【精神科ショートケア】 就労準備性ピラミッドについて 学ぼう	閉所	【ADHD(時間管理)】 ②夜更かしをやめる /やる気を出す方法を学ぼう
	12	13	14	15	16	17	18
午前		【ASDグループ】 ・障害理解 ・発達障害とは	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	【就労体験】 10時～14時 プレイブサンダースの試合準備 ※午前ショートケアは閉所	【就労準備グループ】 軽作業実践 ～ルミノーズ川崎登戸にて～	【ASDグループ】 ・カードゲーム ・挨拶をする/会話を始める	【ASDグループ】 ・会話を終える
午後		【女性ASDグループ】 ・相手を気遣う・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	【精神科ショートケア】 ブララジ	閉所	【ADHD(時間管理)】 ③気持ちのよい朝を過ごそう
	19	20	21	22	23	24	25
午前		【ASDグループ】 ・表情訓練、相手の気持ちを考える	【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】 1日外出計画	【就労準備グループ】 社会資源 ～就労先や事業所を調べてみよう	【ASDグループ】 ・健康チェック ・挨拶をする/会話を始める	【ASDグループOB・OG会】 第43回 OB・OG会
午後		【女性ASDグループ】 ・自分の特徴を伝える②	【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】 フリー活動	【精神科ショートケア】 お菓子作り	閉所	【ADHD(時間管理)】 ④忙しい夕方のバタバタを乗り切ろう
	26	27	28	29	30	1	2
午前		【ASDグループ】 ・相手への気遣い	【精神科ショートケア】 こもれびCaféぶどう	祝日のため閉所	【就労準備グループ】 第一印象をよくする効果的な コミュニケーションの取り方 ～ルミノーズ町田シバヒロ前講義		
午後		【女性ASDグループ】 第12回OG会	【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～レジンアート		
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