

開所時間

①コミュニケーションカアップコース

- ・水曜コース：毎週水曜 9：30～12：30
- ・木曜コース：毎週木曜 9：30～12：30

②計画・実行カアップコース

- ・毎週木曜 13：30～16：30

③ステップアップコース

- ・月 1-2 回程度 月曜 9：30～12：30

※各プログラムの詳細は裏面をご覧ください。

場所

Neo 梅田茶屋町 2F レジリエンスルーム

費用

治療の一環ですので、健康保険や自立支援医療が適用されます。

	発達障害専門プログラム	(参考：レジリエンスプログラム)
1 割負担	約 600 円/回	約 400 円/回
3 割負担	約 1,800 円/回	約 1,200 円/回

参加までの流れ

※コミュニケーションカアップコース及び計画・実行カアップコース

面談 (プログラムの説明) → 見学 (希望制・要予約) →

レジリエンスプログラム (発達プレ・サポートコース) での慣らし期間

→ 開始前面談・申込書提出 → 利用開始

※他院の方は、主治医の紹介状が必要です。
また、当院にて一度診察を受けていただく必要があります。

※見学時は医師の診察がありますので、通常の診察料金が発生します。

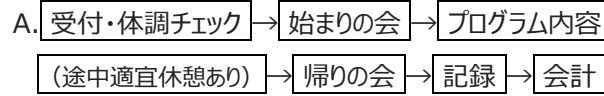
参考：ショートケアプログラム表 (2024 年 4 月現在)

	月	火	水	木	金
AM	専 (ステップ up)	レ	専 (コミュカ up)	専 (コミュカ up)	レ
PM		レ	レ	専 (計画力 up)	

(発達専門…専 レジリエンス…レ)

Q&A

Q.参加時の流れを教えてください。



Q.毎日来ないといけないのですか？

A.コミュニケーションカアップコース、計画・実行カアップコースともに、原則週 1 回全 22 回のプログラム (+3 回の面談) に参加できる方を対象としています。
どちらのコースも、やむを得ないお休みの場合は事前にご相談いただけますのでご安心ください。
ステップアップコースは、他 2 コースを修了した方が毎回任意で参加することができます。(都度要予約)

Q.診察や別プログラムと同日併用できますか？

A.診察及びプログラムの同日併用は、原則行っておりません。診察は、別日に通常ペースでご受診ください。プログラムは、専門・一般 (レジリエンス) ともに、医師が治療上必要とした場合、別日であれば併用参加可能です。

Q.どんなスタッフがいますか？

A.精神保健福祉士、心理士、看護師が在勤しています。

Q.他院に通院中ですが、参加できますか？

A.当院通院中の方を優先させていただきますが、空きがあれば参加いただけます。まずは主治医の先生にご相談の上、紹介状持参で当院をご受診ください。当院の医師の診察後、参加の可否について判断させていただきます。

☆ご質問等ございましたら、電話または当院受付にてお申し出ください。担当者より詳細を説明させていただきます。



ショートケア リーフレット

【発達障害専門プログラム】
(専門ショート)



医療法人フォスター

生きる + 育む + 輝く

メンタルクリニック *Nee* 梅田茶屋町

大阪府大阪市北区茶屋町 4-2
エスプライム茶屋町 2 階

TEL 06-6371-8070

ホームページ <https://lgbmental-chaya.com/>



※レジリエンスプログラムについては、「ショートケアリーフレット【レジリエンスプログラム】(一般ショート)」を参照ください。

発達障害専門プログラム(専門ショートケア) 各プログラムの内容

☆同じ障害を持つ仲間と一緒に、職場や日常生活上の悩み・工夫点を共有しながら、楽しく学んでみませんか？

コミュニケーションカアップ コース

発達障害特有のコミュニケーションのつまずきについて、コミュニケーションの練習や話し合いなどを通して、自分自身についての理解を深め、対処方法を身につけることができます。

日時・回数

毎週 水曜日 AM または 木曜日 AM
全 22 回コース
+ 面談 3 回 (効果的に進めるために、開始前・中間・修了後の面談があります)

対象

- ・発達障害および発達障害疑いで、現在通院中の方
+ 主治医の承諾のある方
- ・年齢：高校生以上 (40 歳以上の方は応相談)
- ・人数：1 期間 10 名程度

主な内容

- ・会話をするときのコミュニケーションのコツ
- ・感情コントロールやストレス発散の方法
- ・発達障害や社会資源について
- ・ピアサポート

～プログラムの流れ(例)～

朝の会 ウォーミングアップ	簡単なゲームを通して、メンバーと楽しみながら関係を築きます。
心理教育	感情コントロール方法やストレス、社会資源の活用法などを学びます。
ディスカッション (休憩)	疾病理解、対処法の検討、周囲への伝え方などを話し合い、深めます。
コミュニケーション練習	
まとめ 帰りの会	会話のコツ、頼んだり断ったりする方法、自己主張などをロールプレイし、身につけます。

※昭和大学発達障害医療研究所で開発された、厚生労働省推薦の発達障害者の方向けの専門プログラムを利用します。

計画・実行カアップ コース

発達障害特有の時間管理や計画性などのつまずきについて、時間管理の方法、実践するためのポイントを学び、話し合いなどを通して理解を深め、身につけることができます。

日時・回数

毎週 木曜日 PM
全 22 回コース
+ 面談 3 回 (効果的に進めるために、開始前・中間・修了後の面談があります)

対象

- ・発達障害および発達障害疑いで、現在通院中の方
+ 主治医の承諾のある方
- ・年齢：高校生以上 (40 歳以上の方は応相談)
- ・人数：1 期間 10 名程度

主な内容

- ・時間管理のコツ (生活リズムの改善など)
- ・モチベーションの上げ方 (後回し癖の改善、集中力の持続など)
- ・ピアサポート

～プログラムの流れ(例)～

始まりの会 ウォーミングアップ	簡単なゲームを通して、メンバーと楽しみながら関係を築きます。
心理教育	ADHD タイプの特徴や時間管理の方法、実践していくためのコツを学びます。
ワークシートの作成 (休憩)	学んだことを基に、実際に予定を立てたり、実践を振り返ったりします。
ディスカッション	
まとめ 帰りの会	参加者同士で共有することにより、実践のためのヒントが得られます。

★コミュニケーションカアップコース、計画・実行カアップコースには、別途詳細のチラシがございますので、そちらもご参照ください。

ステップアップ コース

コミュニケーションカアップコース及び計画・実行カアップコース受講者が集まり、プログラムでの学びを活かしながら、日々の課題について共有や対処法の検討を行います。

日時・回数

月 1-2 回 月曜日 AM

対象

- ・コミュニケーションカアップコース修了者
- ・計画・実行カアップコース修了者
- ・人数：1 回 10 名程度
(参加希望の回に万が一一定員に達していた場合は、次回優先的に参加申し込みを承ります)

主な内容

- ・プログラム修了後の近況や実践経過の報告
- ・新たな困りごと等の共有
- ・対処法の検討や練習 (ロールプレイ)

※ステップアップコースは、Web での参加予約も可能です。

発達障害専門プログラムに参加したいけれど…
集団に入るのに自信がない方、生活リズムに不安がある方
➡レジリエンスプログラム (一般ショート) 内の、「発達プレ・発達サポートコース」から練習することもできます！

※詳細は、「ショートケアリーフレット【レジリエンスプログラム】 (一般ショート)」をご覧ください。
※主治医の治療方針等により、事前に「発達プレ・発達サポートコース」への参加が条件となる場合もあります。