# ショートケア　プログラム月間予定表　2025年　6月

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|---|---|---|---|---|---|
| 日にち / 時間 | 2日 | 3日 | 4日 | 5日 | 6日 |
| AM 9:30〜12:30 | | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：個人ワーク or リラクセーション（マインドフルネス・体操）<br>後半：個人ワーク or 専門療法（SST）「自分から声をかけられるようになるには」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.1月期<br>B-7「ピアサポート②」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.5月期<br>A-3「あいさつ／会話を始める」 | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：個人ワーク<br>後半：交流活動（ティータイム）※活動サポートの方は個人ワークも可 |
| PM 13:30〜16:30 | | 14-15時　（ショートケア参加前面談） | | ★発達障害専門プログラム★<br>（❀計画・実行力アップコース）2025.1月期<br>B-6「ピアサポート②」 | 14-15時　（ショートケア参加前面談） |
| 日にち / 時間 | 9日 | 10日 | 11日 | 12日 | 13日 |
| AM 9:30〜12:30 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♠ステップアップコース）<br>ピアサポート回<br>〜コミュニケーション力 編〜 | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：個人ワーク or リラクセーション（アート〜作る〜）<br>後半：個人ワーク or 専門療法（GCBT③）「うつ思考の 10 パターン」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.1月期<br>B-8「自分の特徴を伝える①」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.5月期<br>A-4「障害理解／発達障害とは？」 | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：交流活動（グループワーク）「相談力を高めよう」※活動サポートの方は個人ワークも可<br>後半：個人ワーク |
| PM 13:30〜16:30 | | 14-15時　（ショートケア参加前面談） | | ★発達障害専門プログラム★<br>（❀計画・実行力アップコース）2025.1月期<br>B-7「面倒なことに重い腰を上げよう① 〜自己活性化と作業の分解〜」 | 14-15時　（ショートケア参加前面談） |
| 日にち / 時間 | 16日 | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 |
| AM 9:30〜12:30 | | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：個人ワーク or リラクセーション（ヨガ）<br>後半：個人ワーク or 専門療法（SST）「自由課題：問題解決技法で対処法を考えよう！」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.1月期<br>B-9「自分の特徴を伝える②」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.5月期<br>A-5「会話を続ける」 | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：個人ワーク<br>後半：交流活動（散歩）※個人ワーク不可 |
| PM 13:30〜16:30 | | 14-15時　（ショートケア参加前面談） | | ★発達障害専門プログラム★<br>（❀計画・実行力アップコース）2025.1月期<br>B-8「面倒なことに重い腰を上げよう② 〜実行のための計画立て〜」 | 14-15時　（ショートケア参加前面談） |
| 日にち / 時間 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 |
| AM 9:30〜12:30 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♠ステップアップコース）<br>ロールプレイ回 | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：個人ワーク or リラクセーション（アート〜描く〜）<br>後半：個人ワーク or 専門療法（GCBT④）「自動思考記録表：①気分に着目しよう」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.1月期<br>B-10「感謝する／ほめる」 | ★発達障害専門プログラム★<br>（♥コミュニケーションカアップコース）2025.5月期<br>A-6「会話を終える」 | ◆レジリエンスプログラム◆<br>〔ワークサポート／発達プレ・発達サポート／活動サポート〕<br>前半：交流活動（リハビリ相談会）※活動サポートの方は個人ワークも可<br>後半：個人ワーク |
| PM 13:30〜16:30 | | 14-15時　（ショートケア参加前面談） | | ★発達障害専門プログラム★<br>（❀計画・実行力アップコース）2025.1月期<br>B-9「あとまわし癖を克服しよう① 〜リバウンド原因と対処法〜」 | 14-15時　（ショートケア参加前面談） |
| 日にち / 時間 | 30日 | | | | |
| AM 9:30〜12:30 | | | | | |
| PM 13:30〜16:30 | | | | | |

※各ショートケアは併用利用が可能ですが、同日に利用できるのは１つまでです。
（注：診察との同日併用はできません（梅田本院含む））

※レジリエンスプログラム（ワークサポートコース／発達プレ・発達サポートコース／活動サポートコース）は同室で実施します。
個人ワークの時間には、個別面談や生活習慣チェックが利用できます（希望制）。

※新規で利用を希望される方は、主治医に相談の上で、受付で火曜日PMまたは金曜日PMのショートケア参加前面談の予約を取ってください。

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Niii 梅田茶屋町

専門ショート：★発達障害専門プログラム★
【水・木AM】♥ コミュニケーション力アップコース
【木PM】　❀ 計画・実行力アップコース
【月AM】　♠ ステップアップコース（月1-2回）
※ステップアップコースは、コミュニケーション力アップコース及び計画・実行力アップコース修了者向けです。

一般ショート：◆レジリエンスプログラム◆
〔ワークサポートコース／活動サポートコース／発達プレ・発達サポートコース〕
【火AM】個人ワーク＋リラクセーション or 専門療法（GCBT・SST・心理教育）
【金AM】個人ワーク＋交流活動
※ 専門療法（GCBT・SST・心理教育）は原則、ワークサポートコースのみ対象です