



ショートケア プログラム月間予定表

2026年6月



医療法人フォスター
生きる・育む・輝く
メソッドクリニック/梅田茶屋町

曜日	月	火	水	木	金
日 時間	1日	2日	3日	4日	5日
AM		◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.5月期	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.1月期	◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)
9:30 12:30		前半 個人ワーク or リラクゼーション (マインドフルネス・体操) 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」	A-2 「コミュニケーションとは？」	B-7 「ピアサポート②」	前半 個人ワーク 後半 交流活動(ティタイム) ※活動サポートの方は個人ワークも可
PM		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★ (♥計画・実行カアップコース) 2026.5月期	
13:30 16:30				A-3 「時間に追われる理由を知ろう～ADHDタイプとは～」	
日 時間	8日	9日	10日	11日	12日
AM	★発達障害専門プログラム★ (♥ステップアップコース)	◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.5月期	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.1月期	◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)
9:30 12:30	ピアサポート回 ～コミュニケーションカ編～	前半 個人ワーク or リラクゼーション(アート～作る～) 後半 個人ワーク or 専門療法(GCBTⅩ) 「活動記録表:2日々の活動を振り返ってみよう」	A-3 「あいさつ/会話を始める」	B-8 「自分の特徴を伝える①」	前半 交流活動(グルーワーク) 「相手を高めよう」 ※活動サポートの方は個人ワークも可 後半 個人ワーク
PM		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★ (♥計画・実行カアップコース) 2026.5月期	14-15時 (ショートケア参加前面談)
13:30 16:30				A-4 「集中を継続させよう①～集中できる時間を知る～」	
日 時間	15日	16日	17日	18日	19日
AM		◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.5月期	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.1月期	◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)
9:30 12:30		前半 個人ワーク or リラクゼーション(椅子ヨガ) 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」	A-4 「障害理解/発達障害とは？」	B-9 「自分の特徴を伝える②」	前半 個人ワーク 後半 交流活動(散歩) ※個人ワーク不可。雨天時等はティタイムに振替
PM		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★ (♥計画・実行カアップコース) 2026.5月期	
13:30 16:30				A-5 「集中を継続させよう②～注意散漫さを減らす～」	
日 時間	22日	23日	24日	25日	26日
AM	★発達障害専門プログラム★ (♥ステップアップコース)	◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.5月期	★発達障害専門プログラム★ (♥コミュニケーションカアップコース) 2026.1月期	◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)
9:30 12:30	ロールプレイ回	前半 個人ワーク or リラクゼーション(アート～描く～) 後半 個人ワーク or 専門療法(GCBTⅡ) 「問題解決策リスト:①問題解決策リストの作り方を知ろう」	A-5 「会話を続ける」	B-10 「感謝する/ほめる」	前半 交流活動(リハビ相談会) ※活動サポートの方は個人ワークも可 後半 個人ワーク
PM		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★ (♥計画・実行カアップコース) 2026.5月期	14-15時 (ショートケア参加前面談)
13:30 16:30				A-6 「やる気を出す方法を学ぶ～やりたいことリストの活用～」	
日 時間	29日	30日	<div data-bbox="1187 1212 1568 1372" data-label="Text"> <p>専門ショート:★発達障害専門プログラム★</p> <ul style="list-style-type: none"> 【水・木AM】♥コミュニケーションカアップコース 【木PM】🟢計画・実行カアップコース 【月AM】♣️ステップアップコース(月1-2回) <p>※ステップアップコースは、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修了者向けです。</p> </div> <div data-bbox="1590 1212 2128 1372" data-label="Text"> <p>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/発達ブレ・発達サポートコース)</p> <ul style="list-style-type: none"> 【火AM】個人ワーク+リラクゼーション or 専門療法(GCBT・SST・心理教育) 【金AM】個人ワーク+交流活動 <p>※ 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</p> </div>		
AM		◆レジリエンスプログラム◆ (ワークサポート/発達ブレ・発達サポート/活動サポート)			
9:30 12:30		前半 個人ワーク or リラクゼーション(アート～作る～) 後半 個人ワーク or 専門療法(心理教育) 「水山思考を探ろう」			
PM		14-15時 (ショートケア参加前面談)			
13:30 16:30					



※各ショートケアは併用利用が可能です。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/発達ブレ・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。