

ショートケアご利用中の皆様、参加ご検討中の皆様へ

ショートケア（レジリエンスプログラム）の一部体制変更について

日頃より、当院のショートケア（集団リハビリテーション）の「レジリエンスプログラム」へのご理解・ご協力を賜り誠にありがとうございます。

レジリエンスプログラムは、“集団参加や日中活動のための居場所”、“発達障害専門プログラムのプレコース”、“復職・転職に向けたリハビリ”など、幅広いニーズに対応しています。

2025年5月よりレジリエンスプログラムの内容を、皆様のニーズに合わせて一部組み替えて実施します。ご利用中の皆様には、益々のご活用をお願い申し上げます。

主な改編内容は以下のとおりです。なお、発達障害専門プログラムについては、現時点での変更はありません。

(1) レジリエンスプログラムは午前に実施し、ショートケアの参加に向けた面談を午後に実施します。

- 水曜午後に実施していたワークサポートコース向けの「GCBT（集団認知行動療法）、SST、心理教育」は、「専門療法」という名称で、火曜午前のプログラムの一環として実施予定です。
- ショートケア参加前の説明・面談を、火曜または金曜午後に実施します。
面談に際して、雰囲気や流れについてイメージできる動画を事前にご覧いただく予定です。

(現行) ※変更箇所は太字下線

	月	火	水	木	金
A M	発達障害専門 プログラム	<u>レジリエンス プログラム</u>	発達障害専門 プログラム	発達障害専門 プログラム	レジリエンス プログラム
P M		<u>レジリエンス プログラム</u>	<u>レジリエンス プログラム</u> (ワークサポートのみ)	発達障害専門 プログラム	

(変更後) ※変更箇所は太字下線

	月	火	水	木	金
A M	発達障害専門 プログラム	<u>レジリエンス プログラム</u> (<u>専門療法含む</u>)	発達障害専門 プログラム	発達障害専門 プログラム	レジリエンス プログラム
P M		<u>ショートケア 参加前面談</u>		発達障害専門 プログラム	<u>ショートケア 参加前面談</u>

(※裏面に続きます)

(2) 火曜 AM の内容は選択制となります。

9:30-10:00	準備・体操・始まりの会	
前半 (10:00-11:00)	個人ワーク	or リラクセーション (ヨガ、マインドフルネス、アートを選替わりで実施)
11:00-11:10	(休憩)	
後半 (11:10-12:10)	個人ワーク	or 専門療法 (GCBT、SST、心理教育を選替わりで実施)
12:10-12:30	帰りの会・片付け	

- 前半にリラクセーション、後半に専門療法（原則ワークサポートの方対象）を実施します。個人ワークは同室内で場所を分けて実施します。
- 当日どの内容に参加するかを予約時に選択いただきます。選択可能な組み合わせは、コースごとに異なります。当日変更の場合は、必ずスタッフにお声掛けください。方法は後日ご案内いたします。
- スムーズに実施するために、参加内容により座席位置を指定させていただきます。

～コースごとの参加のイメージ～

- 活動サポートコース…下記の 2 通りから 1 つを選択

前半 (10:00-11:00)	リラクセーション	または	前半 (10:00-11:00)	個人ワーク
後半 (11:10-12:10)	個人ワーク		後半 (11:10-12:10)	個人ワーク

ゆっくり始めたい方は、
この組み合わせからスタート

- 発達プレ・発達サポートコース…原則、下記の 1 通り

前半 (10:00-11:00)	リラクセーション
後半 (11:10-12:10)	個人ワーク

個人ワークの時間に、本日の集団参加における
目標の達成度について振り返りを実施します

- ワークサポートコース…下記の 3 通りから 1 つを選択

前半 (10:00-11:00)	リラクセーション	または	前半 (10:00-11:00)	個人ワーク	または	前半 (10:00-11:00)	リラクセーション
後半 (11:10-12:10)	個人ワーク		後半 (11:10-12:10)	専門療法		後半 (11:10-12:10)	専門療法

(3) 金曜の内容自体に変更はありません。

- ただし、「グループ活動」と呼称していた金曜の集団活動については、「交流活動」へと呼称を変更いたします。

(現行)

グループ活動 → ティータイム、グループワーク、散歩、リハビリ相談会

(変更後)

個人活動 → 個人ワーク

グループ活動 → リラクセーション（アート、ヨガ、マインドフルネス）
→ 専門療法（GCBT、SST、心理教育）
→ 交流活動（ティータイム、グループワーク、散歩、リハビリ相談会）

問い合わせ：生きる育む輝くメンタルクリニック
ショートケア担当 加藤・内藤・藤原
(TEL：06-6371-8070)