



発達障害専門プログラムの のご案内



こんな困りごと、ありませんか？

- ・会話のコツがつかめない
- ・頼んだり断わったりするのが苦手
- ・自己主張がうまくできない
- ・発達障害のことをどう周囲に伝えよう…
- ・感情のコントロール方法を身につけたい
- ・制度の活用方法を知りたい

など



一緒に楽しく解決できます！

生きる育む輝くメンタルクリニック梅田本院では、発達障害の方を対象とした専門プログラム(*)を行っています。

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。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？

*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です。



～プログラムの流れ(例)～

始まりの会
ウォーミングアップ
心理教育
ディスカッション
(休憩)
コミュニケーション練習
まとめ
帰りの会

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。

感情の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。



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。



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。



～参加者の声～

- ・他の人の視点や考え方がとても参考になった！
- ・自分と同じ悩みを持っている人がいて、自分だけじゃないんだと安心した(*^_^*)
- ・毎回プログラムに参加してメンバーに会うのが楽しみ♪



* 只今、次期の参加登録希望者を募集中です。

参加登録希望者は、裏面の募集要項をご確認の上で、お申し込みください。



募 集 要 項

注)新型コロナウイルス感染症の影響で変更が出る場合は、なるべく早めにお伝えします。
また、病状によってこちらの判断で参加をお断りすることがありますのでご了承ください。

【募集期間】 随時

※1期毎に定員に達し次第、その期間の募集は締め切り、次期への参加申込みをしていただきます。

【開催期間】：日時 平日 毎週 9:30~12:30

回数 計 22回 + 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)

※参加申し込みいただいた方から順番に、参加可能なプログラムの開催時期等について、
詳細が決まり次第個別に連絡をさせていただきます。

* プログラムスケジュール (計 22回)

・主に下記のテーマでプログラムを進めます。細かい日程などは、場合により変更の可能性があります。
(年末年始や祝日は休みになります。クリニックのホームページなどで、都度ご確認ください。)

回数	テーマ	回数	テーマ
1	自己紹介・オリエンテーション	12	上手に断る
2	コミュニケーションとは?	13	社会資源①
3	あいさつ/会話を始める	14	社会資源②/ピアサポート②
4	障害理解/発達障害とは?	15	相手への気遣い
5	会話を続ける	16	アサーション (非難や苦情への対応)
6	会話を終える	17	ストレスについて
7	ピアサポート①	18	ピアサポート③
8	表情訓練/相手の気持ちを読む	19	自分の特徴を伝える①
9	感情のコントロール① (不安)	20	自分の特徴を伝える②
10	感情のコントロール② (怒り)	21	感謝する/ほめる
11	上手に頼む	22	振り返り/卒業式

【場 所】 生きる育む輝くメンタルクリニック

～2022年10月(予定): **梅田本院** (大阪市北区大淀南1丁目3-11 ランドマーク新梅田シティー1階)

2022年11月～(予定): **Neo 梅田茶屋町** (大阪市北区茶屋町4-2 エスプライム茶屋町2階)

【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歳未満 **人数** 10名程度

※就労中、求職活動中は問いません。上記以外の年齢の方は、主治医にご相談ください。

※プログラムの内容は連続性があるため、なるべく全ての回に参加できる方が望ましいです。
(やむを得ないお休みの場合は、事前にご相談いただきますのでご安心ください。)

【費 用】 保険診療内の費用がかかります (自立支援医療が適用できます)。

(目安) **自己負担3割** 約1,800円/回 **自己負担1割** (自立支援医療適用) 約600円/回

※状況により、若干の料金変動がございます。

【申し込み方法】

①当院通院中の方で参加を希望される方は、まず主治医までお問い合わせください。
他院通院中の方は、主治医の先生の紹介状が必要です。まずは主治医の先生にご相談ください。

②主治医の承諾が得られた方は、下記担当者までご連絡ください。
連絡順に次期のグループへの参加申し込みを受け付けます。

受付場所: 生きる育む輝くメンタルクリニック梅田本院 受付
(電話の場合は、06-4798-2000まで)

受付時間: 月～金 9:30～12:30、14:00～17:00

担 当 者: 加藤 (精神保健福祉士)

③申込に際し、「発達障害専門プログラム参加申し込み用紙兼参加同意書」をご記入いただきます。
また、個別にプログラム参加に際しての面談を後日行います (別途日程調整)。