

ショートケア プログラム月間予定表

2022年 5月

曜日	月	火	水	木	金
日	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 (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)
PM 13:30-16:30					個人ワーク/ リラクゼーション(アート系)
5/3(火) - 5/5(木)GWのため休診					
日	9日	10日	11日	12日	13日
AM 9:30-12:30		レジリエンスプログラム (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)	発達障害専門プログラム (2021.6月期)	発達障害専門プログラム (2022.1月期)	レジリエンスプログラム (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)
PM 13:30-16:30		個人ワーク/ リラクゼーション(マインドフルネス・体操)	グループBOG会	第16回「アサーション (非難や苦情への対応)」	個人ワーク/ ティータイム
日	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 (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)	発達障害専門プログラム (2022.5月期)	発達障害専門プログラム (2022.1月期)	レジリエンスプログラム (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)
PM 13:30-16:30	レジリエンスプログラム (わかもの居場所のみ)	個人ワーク/ リラクゼーション(椅子ヨガ)	事前面談日	第17回「ストレスについて」	個人ワーク/ 散歩(雨天時:マインドフルネス・体操)
日	23日	24日	25日	26日	27日
AM 9:30-12:30		レジリエンスプログラム (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)	発達障害専門プログラム (2022.5月期)	発達障害専門プログラム (2022.1月期)	レジリエンスプログラム (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)
PM 13:30-16:30		個人ワーク/ リラクゼーション(アート系)	第1回「自己紹介・オリエンテーション」	第18回「ピアサポート③」	個人ワーク/ リラクゼーション(椅子ヨガ)
日	30日	31日	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p><スタッフより> 爽やかな新緑の季節になりました。 おいしい新茶が出る時期でもありますね☺</p> <p>お茶は種類によって、眠気覚まし、リラックス、腸内環境改善など様々な効果があります。 時間や種類、量を工夫して楽しめば、生活リズムの改善と気持ちの切り替えの両方に役立ちそうですね♪ 皆さんもお気に入りの種類やフレーバーを探して、生活に取り入れてみてください!(*~*)_旦</p> </div> 		
AM 9:30-12:30		レジリエンスプログラム (ワークサポート/わかもの居場所/発達ブレ・発達サポート)			
PM 13:30-16:30	レジリエンスプログラム (わかもの居場所のみ)	個人ワーク/ ティータイム			

※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)
※レジリエンスプログラム(ワークサポートコース/わかもの居場所コース/発達ブレ・発達サポートコース)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)。

<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・わかもの居場所コース・発達ブレ・発達サポートコース) (AM: 火・金 / PM: 火・水 (ワークサポートコースのみ)・木・金)</p> <p>個人ワーク/リラクゼーション or その他プログラム (AM: 火・金 / PM: 火・木・金)</p> <p>集団認知行動療法 (水PM)</p> <p>※5/16,30(月)PMは、わかもの居場所コース利用者へのみの特別開放日です</p>

<p>専門ショート: 発達障害専門プログラム (AM: 水・木)</p> <p>※5/27(金)PMは修了者向けのプログラムです</p>
--