

## テイクア・ショートケア プログラム表（2025年10月）

**＜コース説明＞ A:生活支援コース B:就労準備コース 専門:発達障害専門プログラム**

|                              |     | 月                                                                           |                             |                                   | 火                |                       |                              | 水             |                   |                   | 木              |                                  |                                 | 金     |       |                                   | 土       |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
|------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|------------------|-----------------------|------------------------------|---------------|-------------------|-------------------|----------------|----------------------------------|---------------------------------|-------|-------|-----------------------------------|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| コース名                         |     | A                                                                           | B                           | 専門                                | A                | B                     | 専門                           | A             | B                 | 専門                | A              | B                                | 専門                              | A     | B     | 専門                                | ASD/学生C | ADHD                                                                                                        | OB/サークル                            |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午前                           | 昼休み | 嫌われし 蝙蝠名誉 挽回す<br>まだまだ残暑が続きますね。日中は汗ばむ陽気ですが、朝夕には少しずつ秋の気配も。季節の変わり目、どうぞご自愛ください。 |                             |                                   |                  |                       | お楽しみ会<br>(メニュー決め)<br>英会話     |               |                   | プロジェクトK<br>イベント準備 |                |                                  | みんなの創作<br>大人の作法<br>人との話の<br>続け方 |       |       | ASD#3<br>あいさつ/<br>会話を始める<br>サースティ |         |                                                                                                             | 書道クラブ<br>委員会活動<br>(改選)<br>すっきり(散歩) |  |  | 第12回 成人発達障害支援学会<br>東京大会<br>10月11日(土)、12日(日)<br>Care with Peers<br>～生涯にわたる支援～<br>大会長 太田晴久<br>(昭和医科大学 発達障害医療研究所 所長) |  |  |
| 午後                           |     |                                                                             |                             |                                   |                  |                       | SST/ガーテニング                   |               |                   | ゲームサークル/ガーテニング    |                |                                  | ガーテニング 12:30～                   |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
|                              |     |                                                                             |                             |                                   |                  |                       | 音楽<br>生活講座<br>(家を探して<br>みよう) |               |                   | リカバリープログラム(仮)     |                |                                  | PC教室<br>ピアサポート(仮) ※クローズ         |       |       | 奉仕活動<br>コミュニケーションズ                |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| ADHDフォローアップ(会話への割り込み、会話ドロボー) |     |                                                                             |                             |                                   |                  |                       |                              |               |                   |                   |                |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午前                           | 昼休み | 集中タイム                                                                       | CBT<br>コミュニ<br>ケーション<br>ワーク |                                   | 散歩<br>(雨天時ストレッチ) | PC講座<br>Excel         |                              | お楽しみ会         | プロジェクトK<br>イベント準備 |                   | みんなの創作         | 大人の作法<br>相手に関心が<br>あるように<br>装う方法 | ASD#4<br>障害理解<br>/発達障害とは?       | サースティ | 書道クラブ | 委員会活動                             |         | 公開講座<br>10月12日(日)<br>特別対談<br>あらゆることは今起こる<br>柴崎友香<br>(芥川賞・谷崎潤一郎賞等受賞作家)<br>加藤進昌<br>(公益財団法人神経研究所付属<br>晴和病院理事長) |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午後                           |     | おはよう談話                                                                      |                             |                                   | 手工芸              |                       |                              | 英会話           |                   |                   | ゲームサークル/ガーテニング | ガーテニング 12:30～                    |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
|                              |     | ガーテニング 12:30～                                                               | みんなの体操                      | DC向上委員会<br>ટેიკேאַ<br>よりよくするための検討 | 軽スポーツ            | 就労準備<br>企業研究<br>をしよう  | 音楽<br>生活講座<br>(メニュー決め)       | リカバリープログラム(仮) | ASD OB会           | 奉仕活動              | コミュニケーションズ     |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| スポーツの日                       |     |                                                                             |                             |                                   |                  |                       |                              |               |                   |                   |                |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午前                           | 昼休み |                                                                             |                             |                                   | 散歩<br>(雨天時ストレッチ) | PC講座<br>タイピング         |                              | お楽しみ会         | プロジェクトK           |                   | みんなの創作         | 大人の作法<br>人生の目的<br>について           | ASD#5<br>会話を続ける                 | サースティ | 書道クラブ | 委員会活動                             |         | ASD # 3<br>あいさつ/<br>会話を始める                                                                                  | ADHD # 7<br>多動性<br>/テストカッショ        |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午後                           |     |                                                                             |                             |                                   | 手工芸              |                       |                              | 英会話           | 家族相談会 13:30～16:00 |                   | ゲームサークル/ガーテニング | ガーテニング 12:30～                    |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
|                              |     | ガーテニング 12:30～                                                               | みんなの体操                      | DC向上委員会<br>ટેიკேאַ<br>よりよくするための検討 | 軽スポーツ            | 就労準備<br>働く環境を<br>考えよう | 音楽<br>生活講座<br>(調理実習)         | リカバリープログラム(仮) | ピアサポート(仮) ※クローズ   | 奉仕活動              | コミュニケーションズ     |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| ADHDフォローアップ(頭の休め方:睡眠、休息)     |     |                                                                             |                             |                                   |                  |                       |                              |               |                   |                   |                |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午前                           | 昼休み | 集中タイム                                                                       | CBT<br>コミュニ<br>ケーション<br>ワーク |                                   | 散歩<br>(雨天時ストレッチ) | PC講座<br>Excel         |                              | お楽しみ会         | プロジェクトK<br>イベント準備 |                   | みんなの創作         | 大人の作法<br>困っている<br>ことが<br>わからない   | ASD#6<br>会話を終える                 | サースティ | 書道クラブ | 委員会活動                             |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午後                           |     | おはよう談話                                                                      |                             |                                   | 手工芸              |                       |                              | 英会話           |                   |                   | ゲームサークル/ガーテニング | ガーテニング 12:30～                    |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
|                              |     | ガーテニング 12:30～                                                               | みんなの体操                      | DC向上委員会<br>ટેيკேאַ<br>よりよくするための検討 | 軽スポーツ            | 就労準備<br>作業体験①         | 音楽<br>生活講座<br>(家を探して<br>みよう) | リカバリープログラム(仮) | 当事者研究             | 奉仕活動              | コミュニケーションズ     |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| ADHDフォローアップ(頭の休め方:睡眠、休息)     |     |                                                                             |                             |                                   |                  |                       |                              |               |                   |                   |                |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午前                           | 昼休み | 集中タイム                                                                       | CBT<br>リフレッシュ<br>&<br>リラクセス |                                   | 散歩<br>(雨天時ストレッチ) | PC講座<br>PowerPoint    |                              | お楽しみ会         | プロジェクトK           |                   | みんなの創作         | 大人の作法<br>世界の<br>スピードに<br>ついていく   | ASD#7<br>ピアサポート①                | サースティ | 書道クラブ | 委員会活動                             |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| 午後                           |     | おはよう談話                                                                      |                             |                                   | 手工芸              |                       |                              | 英会話           |                   |                   | ゲームサークル/ガーテニング | ガーテニング 12:30～                    |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
|                              |     | ガーテニング 12:30～                                                               | みんなの体操                      | DC向上委員会<br>ટેيკேאַ<br>よりよくするための検討 | 軽スポーツ            | 就労準備<br>作業体験②         | 音楽<br>生活講座<br>(裁縫①)          | リカバリープログラム(仮) | 当事者研究             | 奉仕活動              | コミュニケーションズ     |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |
| ADHDフォローアップ(頭の休め方:睡眠、休息)     |     |                                                                             |                             |                                   |                  |                       |                              |               |                   |                   |                |                                  |                                 |       |       |                                   |         |                                                                                                             |                                    |  |  |                                                                                                                   |  |  |

↑リハHP

緊急時の情報も掲載します。久しぶりの来所になる際は、ご確認下さい。