

ティケア・ショートケア プログラム表 (2025年12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

コース名	月			火			水			木			金			土					
	A	B	専門	A	B	専門	A	B	専門	A	B	専門	A	B	専門	ASD/学生G	ADHD	OB/サークル			
午前	集中タイム	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ)	PC講座 Excel		お楽しみ会 (メニュー決め)	プロジェクトK イベント準備		みんなの創作	大人の作法	ASD#11 頼む/断る	書道クラブ	委員会活動		12月6日(土) 14:00~15:00 烏山病院 公開講座 場所:昭和医科大学烏山病院 入院棟1F 食堂 対談:小説家 前川ほまれ氏と考える ヤングケアラーと家族について ~著書「藍色時刻の君たちは」を手掛かりに~ 小説家 前川ほまれ/株式会社 ニイラ 和賀未青 病院長 真田建史 詳細は、ポスター・HPをご覧ください					
	おはよう談話			手工芸			英会話						すっきり(散歩)								
昼休み	ガーテニング 12:30~			ガーテニング 12:30~			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~			対談:小説家 前川ほまれ氏と考える ヤングケアラーと家族について ~著書「藍色時刻の君たちは」を手掛かりに~ 小説家 前川ほまれ/株式会社 ニイラ 和賀未青 病院長 真田建史 詳細は、ポスター・HPをご覧ください					
	みんなの体操			軽スポーツ	就労準備 訪問の計画 を立てる		音楽	生活講座 (ゴミ出し②)		リカバリープログラム			奉仕活動								
午後	DC向上委員会 ティケアを よりよくするための検討						陶芸			PC教室	ピアサポート 他人から影響を受けないようにするには		コミュニケーションズ			ASD # 6 会話を終える ADHD # 10 ストレス対処法 /気分転換 /環境調整 鳥山東風の会 しゃべい場 14:00~					
	ADHDフォローアップ																				
午前	集中タイム	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ)	PC講座 タイピング		お楽しみ会	プロジェクトK イベント準備		みんなの創作	大人の作法	ASD#13 ピアサポート②	書道クラブ	委員会活動		ASD # 6 会話を終える ADHD # 10 ストレス対処法 /気分転換 /環境調整 鳥山東風の会 しゃべい場 14:00~					
	おはよう談話			手工芸			英会話						すっきり(間違い探し)								
昼休み	ガーテニング 12:30~			ガーテニング 12:30~			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~			ADHD合同OB会 9期会 学生家族教室					
	みんなの体操			軽スポーツ	就労準備 当事者セミナー 聴講		音楽	生活講座 (メニュー決め)	ADHD # 1 オリエンテーション	リカバリープログラム			奉仕活動								
午後	DC向上委員会 ティケアを よりよくするための検討						陶芸			PC教室	当事者研究 成果報告会 これ出来るようになりました		コミュニケーションズ			ADHD合同OB会 9期会 学生家族教室					
午前	集中タイム	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ)	PC講座 Excel		お楽しみ会	プロジェクトK 鳥山東風の会		みんなの創作	大人の作法	ASD#14 社会資源	書道クラブ	委員会活動		ASD # 7 ピアサポート① 対人関係 (家族編+職場編) 鳥山東風の会 しゃべい場 14:00~					
	おはよう談話			手工芸			英会話	家族相談会 13:30~16:00					すっきり(間違い探し)								
昼休み	ガーテニング 12:30~			ガーテニング 12:30~			SST/ガーテニング 発達障害医療研究所テイルーム			ゲームサークル/ガーテニング			ガーテニング 12:30~			午後は閉所 午後は閉所					
	みんなの体操			軽スポーツ	就労準備 作業体験①		音楽	生活講座 (調理実習)		リカバリープログラム			奉仕活動								
午後	DC向上委員会 ティケアを よりよくするための検討						ADHDフォローアップ(最新知見2025 Part2)														
午前	集中タイム	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ)	PC講座 PowerPoint		お楽しみ会	プロジェクトK		みんなの創作	大人の作法	ASD#15 相手への気遣い	書道クラブ	委員会活動		ASD # 7 ピアサポート① 対人関係 (家族編+職場編) 鳥山東風の会 しゃべい場 14:00~					
	おはよう談話			手工芸			英会話						すっきり(ストレッチ)								
昼休み	ガーテニング 12:30~			ガーテニング 12:30~			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~			午後は閉所 午後は閉所					
	みんなの体操			軽スポーツ	就労準備 作業体験② まとめ		音楽	生活講座 (今年を振り返る/忘年会)	ADHD # 2 ADHDを知る/ ディスカッション	リカバリープログラム			奉仕活動								
午後	クリスマス会 (DC向上委員会企画) 13:00~(予定)			手工芸			陶芸			PC教室	当事者研究		コミュニケーションズ			午後は閉所 午後は閉所					
	是非ご参加下さい!! 通所日でなくともOKです。																				
午前	本年も あっという間の 師走月 ほいたらね 来年もまた よろしくね 12月になりましたね!寒さが増してきましたが、イルミネーションや冬の味覚で心はほっこり。 年末に向けて忙しくないますが、体調に気をつけて元気に過ごしましょう!									※年末・年始 お休みのお知らせ 12/27(土)午後~1/4(日)は お休みになります お休み期間中の対応などについては、 「年末年始の休診期間のお知らせ」をご覧ください											
昼休み																					
午後																					
午前																					
昼休み																					
午後																					



※年末・年始 お休みのお知らせ
12/27(土)午後~1/4(日)は
お休みになります
お休み期間中の対応などについては、
「年末年始の休診期間のお知らせ」をご覧ください