

デイケア・ショートケア プログラム表 (2026年6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 おはよう談話	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ) 手工芸	PC講座 Word		お楽しみ会 (メニュー決め) 英会話	プロジェクトK		みんなの創作	大人の作法 境界線の 持ち方		書道クラブ 委員会活動					
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	みんなの体操 DC向上委員会			軽スポーツ	就労準備 ハローワークの 利用と求人検索		音楽 陶芸	生活講座 Allについて ADHDフォローアップ 薬物療法+栄養精神医学	ADHD # 11 まどめ 振り廻り	リハビリプログラム PC教室	ピアサポート わかってもらうために できること		奉仕活動 コミュニケーションズ					
午前	集中タイム おはよう談話	CBT	写真 コンテスト 開催中!!	散歩 (雨天時ストレッチ) 手工芸	PC講座 Excel		お楽しみ会 (メニュー決め) 英会話	プロジェクトK		みんなの創作	大人の作法 他者も自分も 許容する	サステイ	書道クラブ 委員会活動			ASD # 18 自分のことを伝 える?	ADHD # 9 衝動性 ワーク (金銭管理)	
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	みんなの体操 DC向上委員会		ヨガ 先生が来てく ださいます!	スポーツ	就労準備 報連相ワーク		音楽 陶芸	生活講座 メニュー決め		リハビリプログラム PC教室	当事者研究		奉仕活動 コミュニケーションズ					
午前	集中タイム おはよう談話	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ) 手工芸	PC講座 タイピング		お楽しみ会 英会話	プロジェクトK 鳥山東園の会 家族相談会 13:30~16:00		みんなの創作	大人の作法 言語化の是非	サステイ	書道クラブ 委員会活動					
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	みんなの体操 DC向上委員会			軽スポーツ	就労準備 ビジネス クッション言葉①		音楽 陶芸	生活講座 調理実習 ADHDフォローアップ 自分へのサポート:生活支援		リハビリプログラム PC教室	ピアサポート 自分に自信をもつには		奉仕活動 コミュニケーションズ					
午前	集中タイム おはよう談話	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ) 手工芸	PC講座 PowerPoint		お楽しみ会 (メニュー決め) 英会話	プロジェクトK		みんなの創作	大人の作法 人間関係の距離 感の見極め方	サステイ	書道クラブ 委員会活動			ASD # 19 感謝する 気持ち	ADHD # 10 ストレス対処 (気分転換)	
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~			<p>第37回 家族のつどい 「困りごとを持ち寄り、分かち合う 時間~ライフステージに応じた関 わり方~」 日時:6月27日(土) 13:30~ 場所:リハビリテーションセンター 詳細・お申し込みは、HPにてご覧くだ さい。</p>		
午後	みんなの体操 DC向上委員会		ヨガ 先生が来てく ださいます!	スポーツ	就労準備 ビジネス クッション言葉②		音楽 陶芸	生活講座 人命救助①		リハビリプログラム PC教室	当事者研究		奉仕活動 コミュニケーションズ					
午前	集中タイム おはよう談話	CBT		散歩 (雨天時ストレッチ) 手工芸	PC講座 Word		お楽しみ会 (メニュー決め) 英会話	プロジェクトK		みんなの創作	大人の作法 人間関係の距離 感の見極め方	サステイ	書道クラブ 委員会活動					
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~			 <p>6月に入り、紫陽花がきれいに色づく季節となりました。雨の日も増えてき ますが、季節ならではの景色や空気を楽しみながら過ごしていければと思い ます。</p> <p>デイケア向上委員会企画で「写真コンテスト」を開催中! 今年も素敵な作品が集まっています。是非、ご覧いただき、お気に入りの作 品に投票してください。</p> <p>今月もどうぞよろしくお願いたします。</p>		
午後	みんなの体操 DC向上委員会 お出かけ・写真コンテスト準備			軽スポーツ	就労準備 求人票の見方		音楽 陶芸	生活講座 人命救助①		リハビリプログラム PC教室	当事者研究		奉仕活動 コミュニケーションズ					

×もご覧下さい!
(研究・臨床・日々の活動、
成人発達障害支援学会
事務局としての情報を
発信します。)
<https://x.com/karasuyamadc>

