

人とのやりとりや会話に 困っていませんか？

- ・会話が続かない
- ・空気が読めないと言われる
- ・思ったことが上手く伝わらない

安心して
話せる場所です



成人発達障害専門プログラム に参加しませんか？

プログラムではこんなことをします

- ・簡単なゲームやロールプレイをして楽しく会話練習
- ・困り事や不安についてグループで話し合う
- ・自分の得意、不得意、つまずきに気づく
- ・日常生活で使えるコミュニケーションのヒント

対象

- ・自閉症スペクトラム障害の診断のある
18歳以上の方
- ・全12回参加できる方

回	内容
1	自己紹介/オリエンテーション
2	コミュニケーションについて
3	会話シリーズ①(始める・続ける)
4	会話シリーズ②(終える)
5	発達障害とは/自分の特徴を伝える
6	ピア・サポート①
7	ストレスと感情コントロール
8	上手に頼む・断る
9	アサーション
10	相手の気持ちを考える
11	ピア・サポート②
12	相手を気遣う/振り返り

2026年9月01日～12月01日
(毎週火曜日 9:00～12:00)

定員 10名 |

申込締め切り 2026年7月31日

山梨県立北病院 テイクア 0551-22-1621(代表)

※「成人発達障害専門プログラムについて」とお伝えください。