

ADHD講座



忘れっぽい、時間に間に合わない、カッとなりやすい、先延ばし癖、待てない、整理整頓が苦手、活動を順序だてて行うことが難しい etc…
皆で解決策を考え、自分をコントロールする術を身につけましょう！

金曜13:30～

①7/26 ADHDとは？/それぞれの困り事

②8/30 不注意/対人関係

③9/20 衝動性/対人関係

④9/27 ワーキングメモリー/聞き洩らし

⑤10/4 自分の特徴を整理&伝える

対象者：
注意力や計画力の問題、
衝動性などADHD傾向がある方
(確定診断は問いません)

参加希望の方はまずは
主治医にご相談ください。

【連絡・問い合わせ】稲城台病院デイケア
電話：042-331-5531
e-mail: inagi-dc@kenseikai-jp.com