



10月から新クール!

○ADHD講座第2・3金曜午後13:30～

対象: ADHDまたは広汎性発達障害の診断の方、主治医が推薦される方
月2回開催で1クール3か月です。(途中からの参加も可能です)
ADHDの特性とその対応方法について学び、次週までに実践してディスカッションしていきます。

1	10/10	ADHDとは / 片づけ・物品管理①
2	10/17	片づけ・物品管理② / ディスカッション
3	11/14	時間管理・先延ばし①
4	11/24	先延ばし② / ディスカッション
5	12/12	時間管理 / ディスカッション
6	12/19	対人関係 / 金銭管理② / ADHDを前向きに

次回 1 月から新クール!