

平成30年 4月 湯原病院リハビリプログラム (セルフモニタリング・身体的な基礎体力の回復・学習・コミュニケーション・問題解決・処世術習得・目標づくりなど)

| | 月 2 | 火 3 | 水 4 | 木 5 | 金 6 | |
|------|-----------------------------|---|--------|------------------------------|---|--|
| 午前 | 健康ウォーキング(お花見) *生活支援手帳の活用 | 絵画[講師] *オープン講座(リハ室) | <メモ> | お花見ウォーキング (ふれあいの森) | 調理 「バイクドチーズケーキ」 | |
| 午後 | サークル *個人WRAP作成 | 今月の書道 *気分障害の基礎学習会 | | カラオケ サークル | 室内&*屋外運動 *気分障害の [テニス他] 応用・ワーク編 | |
| 個人活動 | | | | | | |
| メモ | 定期個人面接 *選択制(希望) | | | プログラム当日決定 定期個人面接 | *屋外運動は、 天候により変更有 *対象者別学習会 | |
| | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | |
| 午前 | 健康ウォーキング / *生活支援手帳の活用 | 音楽療法[講師] | <メモ> | サークル | 調理 「パン作り:クロワッサン他」 | |
| 午後 | サークル *個人WRAP作成 | 茶道 *気分障害の基礎学習会 | | カラオケ サークル | 室内&*屋外運動 *気分障害の [テニス他] 応用・ワーク編 | |
| 個人活動 | | | | | | |
| メモ | 定期個人面接 *選択制(希望) | | | プログラム当日決定 定期個人面接 | *屋外運動は、 天候により変更有 *対象者別学習会 | |
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | |
| 午前 | 健康ウォーキング / *生活支援手帳の活用 | 押し花アート[講師] *オープン講座(リハ室) | <メモ> | 絵画&陶芸教室[講師] | 調理 「野菜のチーズフォンデュ」 | |
| 午後 | サークル *個人WRAP作成 | *学習会 *気分障害の基礎学習会 「地域生活について」 | | カラオケ サークル | 室内&*屋外運動 *気分障害の [テニス他] 応用・ワーク編 | |
| 個人活動 | | | | | | |
| メモ | 定期個人面接 *選択制(希望) | *ゲスト講師あり *対象者別学習会 | | プログラム当日決定 | *屋外運動は、 天候により変更有 *対象者別学習会 | |
| | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | |
| 午前 | 健康ウォーキング / *生活支援手帳の活用 | 音楽療法[講師] | <メモ> | 春のBBQ (ふれあいの森) 会費:金額未定 | 調理 「シフォンケーキ」 | |
| 午後 | サークル *個人WRAP作成 ・BBQ準備 | フラワーアレンジメント *気分障害の基礎学習会 | | サークル | 第7回 湯原杯 卓球大会 *気分障害の 応用・ワーク編 | |
| 個人活動 | | | | | | |
| メモ | 定期個人面接 *選択制(希望) | | | | *対象者別学習会 | |
| | 30 | <div style="text-align: center;"> <h2>平成30年4月 テイクア リハビリプログラム</h2> <p>Warm up smile up skill up...</p> <p>yuhara Hp</p> </div> | | | ※サークル種目 * 学習会 (疾病管理・組み合わせ・SST・当事者研究など) * 手芸部/写真/アロマ/料理 * 各種スポーツ(卓球・バドミントン・ソフトバレー・ゲートボール他) * 園芸 (春夏野菜・ジャガイモ他) ※活動は参加者同士で打ち合わせ随時おこないます。 | |
| 午前 | <h1>振替休日</h1> | | | | WRAP:wellness Recovery Action Plan(自己対処の方法みつけます) SST:social skills training(普段話せない分かち合いと処世術等) | |
| 午後 | | | | | | |
| 個人活動 | | | | | | |
| メモ | | | | | | |

リハビリ: 症状や障害が続いても日常生活に新しい意味や目的を見出し、充実した人生を生きていくプロセス