

平成30年 11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 | 火 | 水 | 木 | 金 | |
|------|--|--|---|---|--|---------------------|
| | <div style="background-color: yellow; text-align: center; padding: 10px;"> <h1>平成30年11月</h1> <h2>リハビリプログラム</h2> <p>yuhara HP テイケア</p> </div> | | ※サークル種目 ※学習会 (SST・当事者研究など) ※手芸/写真/アロマ/料理 ※各種スポーツ・フィットネス ※園芸(花と野菜他) ※WRAP(元気回復行動プラン) ※こころの生活支援手帳の活用 ※活動時はメンバー同士で打合せ! | 1 秋のBBQ ふれあいの森 会費:300円 テイケア | 2 調理 「栗のパウンドケーキ」 室内運動 (DVDフィットネス他) | |
| 午前 | | | | | サークル | ※認知行動療法 応用・ワーク編 |
| 午後 | | | | | ※マインドフルネス | ※対象者別学習会 応用・ワーク編 |
| 個人活動 | | | | | | |
| メモ | | | | PMカラオケ | ※対象者別学習会 ※対象者別学習会 | |
| | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | |
| 午前 | 健康ウォーキング / ※生活支援手帳の活用 | 絵画[講師] *オープン講座(リハ室) | <メモ> | サークル | 調理 「米粉のパナマフィン」 | |
| 午後 | サークル *個人WRAP 作成 | 今月の書道 *認知行動療法 基礎学習会 | | カラオケ *マインドフルネス | 室内運動 *認知行動療法 (DVDフィットネス他) 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 *対象者別学習会 | *対象者別学習会 | |
| | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | |
| 午前 | 健康ウォーキング / ※生活支援手帳の活用 | 所外フロ 「イハライト・ポテロン」 県民の日 詳細ご確認下さい | 音楽療法 *オープン講座 *認知行動療法 基礎学習会 | <メモ> | 調理 「かぼちゃプリン」 | |
| 午後 | サークル *個人WRAP 作成 | | | カラオケ *マインドフルネス | 第14回 湯原杯 卓球大会 *認知行動療法 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 *対象者別学習会 | *対象者別学習会 | |
| | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | |
| 午前 | 健康ウォーキング / ※生活支援手帳の活用 | サークル | <メモ> | サークル | <h3>勤労感謝の日</h3> | |
| 午後 | サークル *個人WRAP 作成 | 来月の予定決め 個別振り返り | | カラオケ *マインドフルネス | | |
| 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 *対象者別学習会 定期個人面接 | | |
| | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| 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] *オープン講座(リハ室) | <メモ> | 押し花アート[講師] *オープン講座(テイケア室) | 調理 「洋風揚げ餅」 | |
| 午後 | サークル *個人WRAP 作成 | エコラフト フォトフレーム *認知行動療法 基礎学習会 | | カラオケ *マインドフルネス | 室内運動 *認知行動療法 卓球練習 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 *対象者別学習会 定期個人面接 | *対象者別学習会 | |

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