

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・处世術習得・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	調理
午後					※マインドフルネス	※認知行動療法
個人活動						応用・ワーク編
メモ				PMカラオケ	※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	
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	「米粉のパナマフィン」 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	
午後	サークル *個人WRAP 作成			絵画&陶芸教室[講師]	「かぼちゃプリン」 第14回 湯原杯 *認知行動療法 卓球大会 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	<h2>勤労感謝の日</h2>	
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		
	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	
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	「洋風揚げ餅」 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	*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