

平成30年 9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: #008000; color: white; padding: 10px; text-align: center;"> <h1 style="margin: 0;">平成30年12月</h1> <h2 style="margin: 0;">リハビリプログラム</h2> <p style="margin: 5px 0;">yuhara HP デイケア</p> </div>		年末年始の予定 ※年末 12/28(金)まで 年始 新年1/4(金)から開始	※サークル種目 ※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!	<メモ>	
午前						
午後						
個人活動						
メモ						
	3	4	5	6	7	
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/ カラオケ	調理 「サツマイモのパイまんじゅう」	
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2/5		*マインドフルネス 1回目	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)	*対象者別学習会		定期個人面接 *対象者別学習会	*対象者別学習会	
	10	11	12	13	14	
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>	サークル/ 買物(21日準備)	調理 「アップルパイ」	
午後	サークル *個人WRAP 作成	お菓子作り *認知行動療法 みかんのケーキ 基礎学習会3/5		カラオケ *マインドフルネス 2回目	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)	*対象者別学習会		定期個人面接 *対象者別学習会	*対象者別学習会	
	17	18	19	20	21	
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>	サークル/ ケーキスポンジづくり	調理 「Xmasケーキ」	
午後	サークル *個人WRAP 作成	来月の予定決め *認知行動療法 Xmasクラフト 基礎学習会4/5		カラオケ *マインドフルネス 3回目	クリスマスの集い *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)	*対象者別学習会		定期個人面接 *対象者別学習会	*対象者別学習会	
	24	25	26	27	28	
午前	<h2 style="margin: 0;">振替休日</h2>	音楽療法[講師] *オープン講座(リハ室)	<メモ>	サークル/ カラオケ	調理 「豆大福もち」	
午後		年末茶話会 *認知行動療法 クッキーづくり他 基礎学習会5/5		*マインドフルネス 4回目	年末大掃除 *認知行動療法 応用・ワーク編	
個人活動						
メモ			*対象者別学習会		定期個人面接 *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