

平成31年 1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
	平成31年1月 リハビリ プログラム デイケア	1 元日	2 休み	3 休み	4
午前					調理 「七草粥」
午後					室内運動 ストレッチ、卓球、他
個人活動					*認知行動療法 応用・ワーク編
メモ					*対象者別学習会
	7	8	9	10	11
午前	健康ウォーキング *生活支援手帳の活用	エコクラフト オープン講座	<メモ>	サークル	調理 「おしるこ」
午後	サークル *個人WRAP 作成	今月の書道 *認知行動療法 基礎編		カラオケ *マインドフルネス	室内運動 *認知行動療法 ストレッチ、卓球、他 応用・ワーク編
個人活動					
メモ	定期個人面接 *選択制(希望)			定期個人面接 *対象者別学習会	*対象者別学習会
	14	15	16	17	18
午前	成人の日	音楽療法(講師) オープン講座	<メモ>	サークル/初詣 牛久大仏	調理 「ロールキャベツ」
午後		お菓子作り クレープ *認知行動療法 基礎編		カラオケ *マインドフルネス	室内運動 *認知行動療法 ストレッチ、卓球、他 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
	21	22	23	24	25
午前	健康ウォーキング / *生活支援手帳の活用	陶芸(講師) オープン講座	<メモ>	サークル/買い物	調理 「もち料理」
午後	サークル *個人WRAP 作成	茶道 *認知行動療法 基礎編		カラオケ *マインドフルネス	室内運動 *認知行動療法 ストレッチ、卓球、他 応用・ワーク編
個人活動					
メモ	定期個人面接 *選択制(希望)			定期個人面接 *対象者別学習会	*対象者別学習会
	28	29	30	31	※サークル種目
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	<メモ>	サークル	*学習会 (SST・当事者研究など)
午後	サークル *個人WRAP 作成	ゲーム *認知行動療法 基礎編		カラオケ *マインドフルネス	*手芸/写真/アロマ/料理
個人活動					*各種スポーツ・フィットネス
メモ	定期個人面接 *選択制(希望)			定期個人面接 *対象者別学習会	*共同作業(貼り絵)
					*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!

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