

## プログラム内容

- ・ 基本的な日常生活能力についてのプログラム

洗顔・入浴・排泄・料理・洗濯・掃除・ゴミ出し・ゴミ分別 等

- ・ 自己管理能力についてのプログラム

服薬・食事や健康・生活リズム・金銭管理・休日の過ごし方など自分で管理する訓練や支援

- ・ 社会生活にまつわる能力についてのプログラム

コミュニケーションの向上を図り、自己表現・対人関係について学ぶ。

地域生活のマナーやルールを守るための訓練や支援

交通機関、役所、銀行などを利用する訓練や支援

- ・ 自己理解についてのプログラム

障がいや疾患について理解する。自分の特性（得意なこと・不得意なこと）を知る。

自分の障がいや疾患、特性について他者にわかりやすく説明する方法を学ぶ。

自己表現について（気持ちの振り返り、気持ち日記の活用）

- ・ 月に 1 回、職員との振り返りを実施し、目標の再確認、再設定を行う。