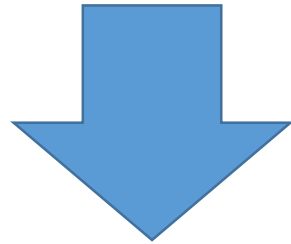


# 新プログラムの提案

2024年5月24日

高木雅之

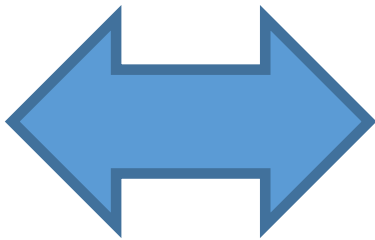
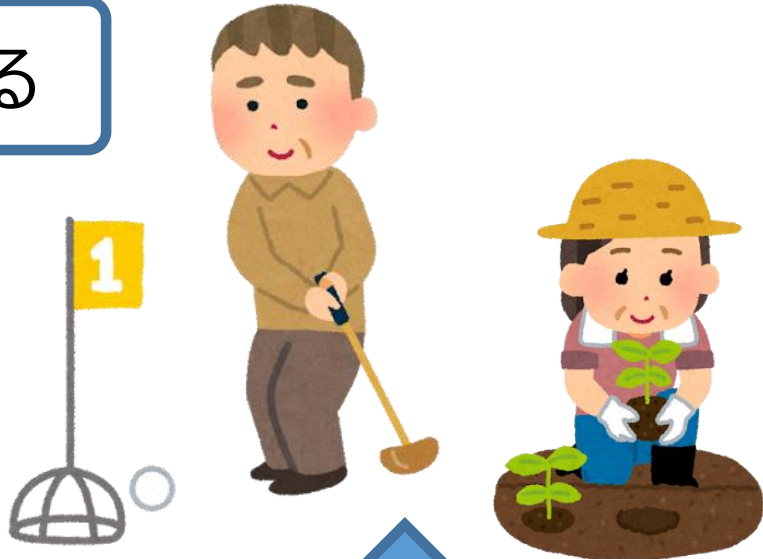
- 毎日「書く」ことに負担を感じる参加者がいる
- 書いてこない参加者がいる
- 週1回×4週の時間を確保することが難しい
- 参加者は「話す」こと（交流）を楽しみにしている
- もう少し手軽に「する」「書く」「話す」を楽しむ方法はないか？



「わたし〜と」づくり

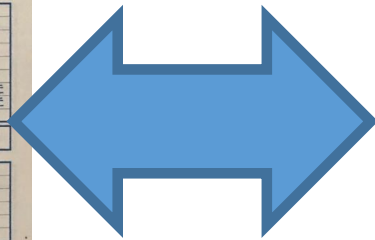
- 自宅で書いてくることはなし
- 現在だけでなく過去のことも話せるとより楽しい？
- 書いたこと・話したことが1つの作品として残るとより楽しい？

する



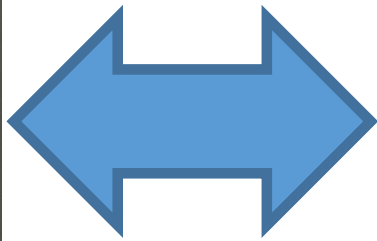
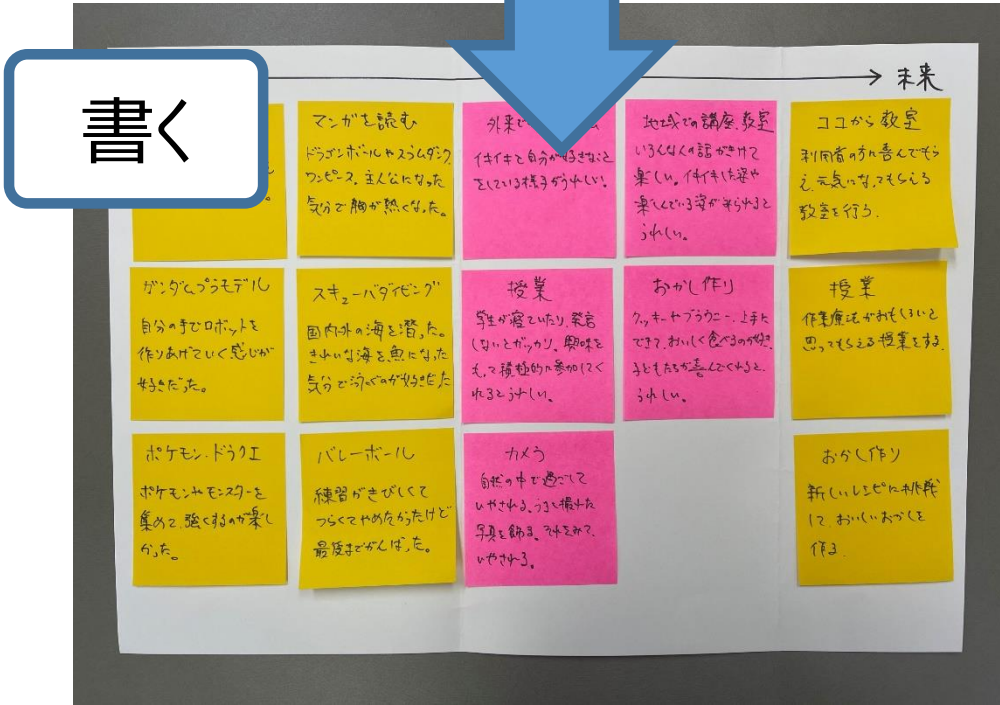
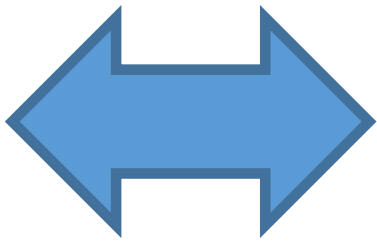
書く

7/7 (火) 夕飯を食べた	5 (5)	1 人と交流した 2 人のためになった 3 人に認められた 4 頑張った 5 楽しんだ 6 リフレッシュした 7 物事を進めた・終えた 8 うまくできた・いった 9 新しいものを得た
7/8 (水) 夕飯を食べた	4 (4)	1 人と交流した 2 人のためになった 3 人に認められた 4 頑張った 5 楽しんだ 6 リフレッシュした 7 物事を進めた・終えた 8 うまくできた・いった 9 新しいものを得た
7/9 (木) 夕飯を食べた	3 (3)	1 人と交流した 2 人のためになった 3 人に認められた 4 頑張った 5 楽しんだ 6 リフレッシュした 7 物事を進めた・終えた 8 うまくできた・いった 9 新しいものを得た
7/10 (金) 夕飯を食べた	2 (2)	1 人と交流した 2 人のためになった 3 人に認められた 4 頑張った 5 楽しんだ 6 リフレッシュした 7 物事を進めた・終えた 8 うまくできた・いった 9 新しいものを得た
7/11 (土) 夕飯を食べた	1 (1)	1 人と交流した 2 人のためになった 3 人に認められた 4 頑張った 5 楽しんだ 6 リフレッシュした 7 物事を進めた・終えた 8 うまくできた・いった 9 新しいものを得た



話す





# 過去 ←

# → 未来

## ビックリマンシール

キラキラのシールが増えていくのがうれしかった。

## マンガを読む

ドラゴンボールやスラムダンクワンピース。主人公になった気分。胸が熱くなった。

## 外采の作業療法

イキイキと自分が好きなお仕事している様子がうれしい。

## 地域の講座教室

いろんな人が話かけて楽しい。仲間が深や乗っている姿がうれしかった。

## ココから教室

利用者の方々喜んでやる。元気な姿をみる教室を行う。

## ガンダムプラモデル

自分の手でロボットを作りあげていく感じが好きだった。

## スキューバダイビング

国内外の海を潜った。きれいな海を魚になった気分。泳ぐのが好きだった。

## 授業

学生が寝ていたり、茶言(ない)とかっこり。興味をも、積極的に参加してくれようとした。

## おかし作り

クッキーやフウコ。上手にできるとおいしく食べるのが好き。子どもたちが喜んでくれると嬉しい。

## 授業

作業療法がおもしろいと思える授業をする。

## ポケモン.ドングイ

ポケモンやモンスターを集めて強くするの楽しかった。

## バレーボール

練習がきびしくてつらくてやめたけど、最後までがんばった。

## カメラ

自然の中で過ごしていいね。うさぎ撮った写真を飾る。お土産も撮った。

## おかし作り

新しいレシピの挑戦して、おいしく作る。

## 過去

- 楽しかったことは？
- 好きだったことは？
- 得意だったことは？
- 流行ったことは？
- 頑張ったことは？

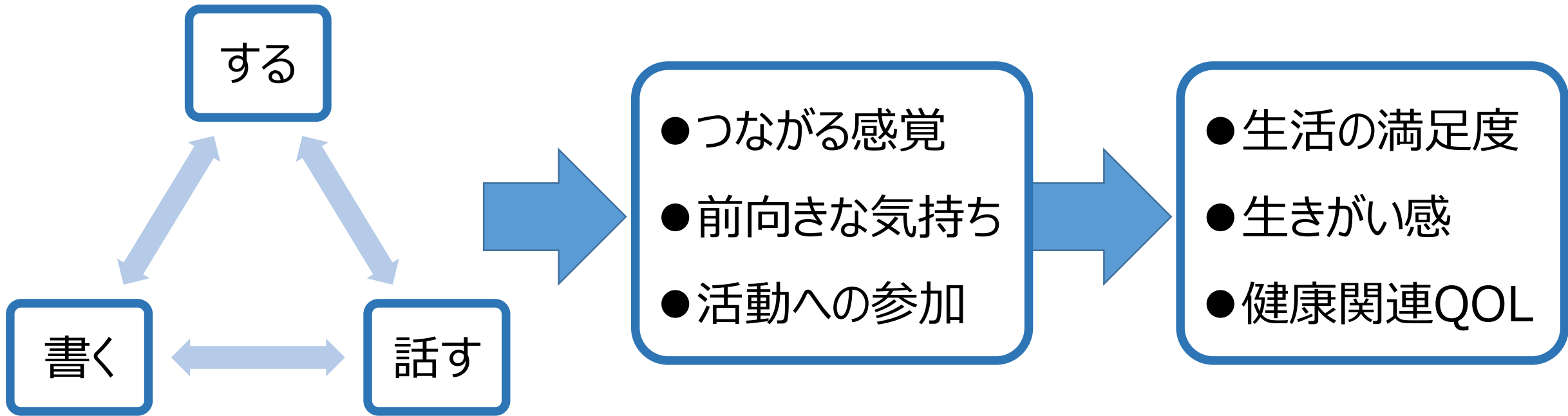
## 現在

- 楽しんでいることは？
- 好きなことは？
- ハマっていることは？
- 頑張っていることは？
- やりがいを感じることは？

## 未来

- 続けたいことは？
- うまくなりたいことは？
- 再開したいことは？
- 新たにやってみたいことは？

1 回目	過去	自分がしてきたことを書いて話をする。 私のポイントを考えてみる。
2 回目	現在	自分がしていることを書いて話をする。 私のポイントを考えてみる。
3 回目	未来	自分がしたいことを書いて話をする。 3ヶ月後の目標と計画を立てる。
4 回目	フォロー	取り組みの進捗状況を共有する。 取り組みからの学びを見つける。 学びを活かして目標と計画を改善する。
5 回目	振り返り	3ヶ月後に取り組みの成果を共有する。 取り組みからの学びを見つける。 学びを活かして今後の生活を考える。



## 期待される効果

- 「これまでの人生」「現在の生活」「今後の取り組み」がつながる
- お互いの人生や生活を知り合い、心が通い、つながる
- 「日常生活」と「予防教室」での作業がつながる
- 気持ちが前向きになり、作業への意欲が高まる
- 日常の作業が活発になり、体と心が元気になる

# 教室の目標

## 【目標①】

参加者がしてきたこと、していること、したいことを書いて話すことを楽しむ

## 【目標②】

参加者のしたいことが達成される

## 【目標③】

参加者の個性が花開き、心も体も元気になり、今後の活力が湧く