



# 自立訓練の紹介



自立訓練では、個別での訓練のほか様々なグループによる訓練を行なっています。グループ訓練では、利用者さん同士励まし合ったり、お互いの存在を意識することでモチベーションを高めながら自立に向けた訓練を進めています。今回は、各グループ訓練の取り組みについて紹介します。



## グループ紹介

### ◎高次脳グループ COZY

### ◎担当：作業療法士 2 名、言語聴覚士 2 名、支援員

他者との交流を通して社会性や計画性の向上を目指します。

#### ～調理訓練グループ～

メニュー決めや作業分担、買い出し調理までを分担して行っています。



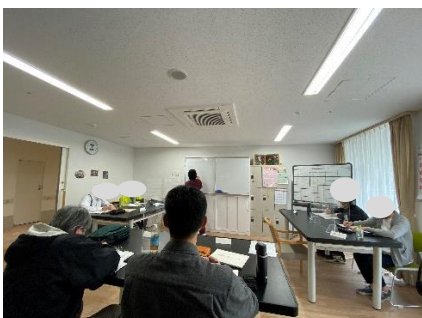
#### ～外出グループ～

行き先や食事場所などのスケジュールを

話し合いながら決め、当日は公共交通機関を利用して出かけます。



### ◎失語症グループ◎担当：言語聴覚士 2 名



失語症の程度によってグループ編成しており、現在3つのグループを実施しています。同じ失語症を持つ人たちとの交流や実用的なコミュニケーション力の向上を目標にしています。

## ◎ステップ◎ 担当：理学療法士 2 名、支援員 1～2 名

### ～基礎体力グループ～

集団の中で自主的にトレーニングを行い筋力・体力をつけるグループです。

10～20 分の個別訓練も行っています。



### ～外出グループ～

通勤手段の獲得や行動範囲の拡大に向けて

電車やバスを利用したり、片道 2km 程歩いたりするグループ

です。例) 新宿御苑、世田谷美術館、下北沢駅、経堂駅、明大前駅など



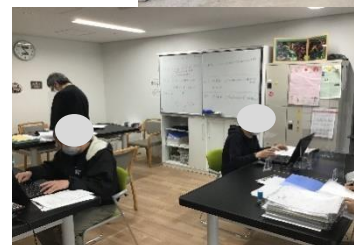
## ◎OT グループ◎担当：作業療法士 2 名

火曜日：健康についての勉強や有酸素運動、集中・記憶力

を高めるためのアクティビティを実施しています。

金曜日：就労準備に向けた課題に各自取り組んで

頂いています。



## ◎クローバー◎担当：支援員 3 名

生活リズムを整えながら、地域移行に向けた準備を行って

いるグループです。軽作業を通して作業耐性や集中力を

付けて頂いたり、体力づくりの為、センター周辺のウォーキ

ングを行っています。コミュニケーションの場としてトランプ

などゲームの時間も設けています。

