

## グループ別レクリエーション企画書用ねらい(目標)例

(身体的目標)より健康になる 健康を維持する

「運動機能(指手先・下肢筋力など)が高まる」 「運動機能(指手先・下肢筋力など)を維持する」 「疾病の危険性を軽減する」 「二次障害の危険性を軽減する」 「日常生活動作(ADL)が高まる」 「ADLを維持する」 「座位・覚醒時間( )分の維持・延長」 「拘縮をふせぐ」 「脳機能低下を予防する」

(社会的目標)

「参加者同志の理解が深まる」 「興味や関心を見つける・広げる」 「社交性・協調性が高まる」 「好ましくない行動・癖が減少する」 「自分の気持ちを表現する」 「仲間意識を高める」 「自分の役割を知る」 「個人の責任を自覚する」 「役割を果たす」 「地域のニーズにあった活動を行う」 「スケジュールをたて行動する」 「規則正しい生活を送る(昼夜逆転予防など)」 「好きな活動・苦手な活動を知る」 「身だしなみを整える」 「意欲を高める」 「他のメンバーの名前を知る」 「他のメンバーに関心をもつ」 「スタッフに声をかける」 「他メンバーに声をかける」 「自分の役割を知り、他のメンバーと協力する」 「社会・地域に関心を持つ」 「社会・地域とのつながりを見つける」 「社会・地域とつながりを持つ」

(認知・知的目標)

「知的機能が高まる・維持する」 「記憶力が高まる・維持する」 「知識が増える」 「意欲が高まる」 「創作意欲が高まる」 「活動の楽しさを知る」 「計画力が高まる」 「決断力が高まる」 「理解力が高まる」 「認知力の低下を予防する」 「思考力が高まる」 「自分を表現する方法を知る」 「脳機能低下を予防する」

(感情・精神的目標)

「自信がつく」 「自分を知る」 「不安・興奮・ストレス・痛みを軽減する (不安・興奮・ストレスの原因を知る/気持ちを外側に向ける)」 「自尊心を高める」 「障害・疾病を受容する」 「集中力を高める」 「達成感を味わう」 「熱中する」 「他者の感情に配慮する能力が向上する」 「逃避・怠惰な行動が減少する」 「緊張を緩和する」

引用：マーレー寛子「レクリエーションプログラムの目標」

TR 勉強会と全米セラピューティックレクリエーション学会共同プロジェクト「楽しむって何？」

キャロル A. ピーターソン・スカウト L. ガン著 谷紀子ら訳「障害者・高齢者のレクリエーション活動」