

えらべるデイ企画書用目標（ねらい）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）を維持する」 「運動機能（指手先・下肢筋力など）を高める」 「拘縮の危険性を軽減する」 「二次障害の危険性を軽減する」 「疾病の危険性を軽減する」 「座位・覚醒時間を（ ）分維持・延長させる」 「日常生活動作（ADL）を高める」 「ADL を維持する」

（社会的目標）

「興味や関心を見つける・広げる」 「好きな活動・苦手な活動を知る」 「意欲を高める」 「自分の気持ちを表現する」 「自分の役割を知る」 「個人の責任を自覚する」 「役割を果たす」 「参加者同志の理解を深める」 「仲間意識を高める」 「社交性を高める」 「協調性を高める」 「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」 「地域のニーズにあった活動を行う」 「身だしなみを整える」 「好ましくない行動・癖を減少させる」 「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）」

（知的目標）

「活動の楽しさを知る」 「自分を表現する方法を知る」 「意欲を高める」 「創作意欲を高める」 「計画力を高める」 「決断力を高める」 「理解力を高める」 「記憶力を高める・維持する」 「思考力を高める」 「知識を増やす」 「知的機能を高める・維持する」 「認知力の低下を予防する」 「脳機能低下を予防する」

（情緒・精神的目標）

「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）」 「逃避・怠惰な行動を減少させる」 「障害・疾病を受容する」 「緊張を緩和させる」 「自分を知る」 「自信をつける」 「自尊心を高める」 「集中力を高める」 「熱中する」 「達成感を味わう」 「他者の感情に配慮する能力を向上させる」

引用：マーレー寛子先生「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（茅野宏明先生）「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」

