

資料 地域生活を支援する社会生活カプログラム (SFAⅢ)

第1部 生活の基礎をつくる

モジュール1 精神科医療

- 学習目標 1 精神科医療の大切さを知る
- 学習目標 2 精神疾患と上手につき合う方法を学ぶ
- 学習目標 3 精神科医療を活用して安定した生活をおくる

モジュール2 健康管理

- 学習目標 1 健康な生活の大切さを知る
- 学習目標 2 健康な生活をするために必要なことを学ぶ
- 学習目標 3 健康で安定した生活をおくる

モジュール3 食生活

- 学習目標 1 食生活の大切さを知る
- 学習目標 2 食事を用意する方法を学ぶ
- 学習目標 3 健康によい食生活を楽しむ

モジュール4 セルフケア

- 学習目標 1 セルフケアの大切さを知る
- 学習目標 2 セルフケアの具体的な方法や注意点を学ぶ
- 学習目標 3 セルフケアによって、健康で快適な生活をおくる

モジュール5 生活リズム

- 学習目標 1 生活リズムの大切さを知る
- 学習目標 2 生活リズムを整える方法を学ぶ
- 学習目標 3 生活リズムを整え、安定した生活をおくる

モジュール6 安全・危機管理

- 学習目標 1 安全・危機管理の大切さを知る
- 学習目標 2 危険なことの予防と対処方法を学ぶ
- 学習目標 3 安全・危機管理により、安心・安全な生活をおくる

第2部 自分の生活をつくる

モジュール7 金銭管理

- 学習目標 1 金銭管理の重要性を知る
- 学習目標 2 お金の計画的な使い方や管理方法を学ぶ
- 学習目標 3 お金を計画的に使い、充実した生活をおくる

モジュール8 すまい

- 学習目標 1 どのようなすまいが良いか知る
- 学習目標 2 自分に適したすまいに住む方法を学ぶ
- 学習目標 3 自分に適したすまいで快適に暮らす

- モジュール9 掃除・整理
学習目標 1 掃除や整理の大切さを知る
学習目標 2 掃除・整理の方法を学ぶ
学習目標 3 清潔で快適な生活をおくる

- モジュール10 買い物
学習目標 1 買い物の大切さを知る
学習目標 2 買い物の仕方を学ぶ
学習目標 3 買い物を楽しんで自立した生活をおくる

- モジュール11 服装
学習目標 1 服装の大切さを知る
学習目標 2 衣服管理や適切な服装を学ぶ
学習目標 3 適切な服装により、快適な生活をする

第3部 自分の理解とコミュニケーション

- モジュール12 自分と病気・障害の理解
学習目標 1 自分を理解することの大切さを知る
学習目標 2 病気・障害とのつきあい方と自分の個性を学ぶ
学習目標 3 自分や病気・障害を理解し、充実した生活をおくる

- モジュール13 コミュニケーション
学習目標 1 コミュニケーションの大切さを知る
学習目標 2 より良いコミュニケーションの方法を学ぶ
学習目標 3 上手なコミュニケーションにより、豊かな生活をおくる

- モジュール14 家族関係
学習目標 1 家族関係の大切さを知る
学習目標 2 よりよい家族関係を築く方法を学ぶ
学習目標 3 家族とともに幸せな生活をおくる

- モジュール15 友人関係
学習目標 1 友人関係の大切さを知る
学習目標 2 友人関係を築く方法を学ぶ
学習目標 3 よい友人関係を築き、充実した生活をおくる

- モジュール16 支援者との関係
学習目標 1 支援者との関係の大切さを知る
学習目標 2 支援者にはどのような人がいるか学ぶ
学習目標 3 支援者の協力を得て、充実した生活をおくる

第4部 地域生活

- モジュール17 教育と学習
学習目標 1 教育と学習の意義を知る
学習目標 2 教育と学習を実現する方法を学ぶ
学習目標 3 教育や学習によって、豊かな生活をおくる

モジュール 18 就労生活

- 学習目標 1 働くことの意味を考える
- 学習目標 2 自分に適した仕事の探し方・続け方を学ぶ
- 学習目標 3 就労により豊かな生活をおくる

モジュール 19 恋愛・結婚・子育て

- 学習目標 1 恋愛・結婚・子育ての意味を知る
- 学習目標 2 恋愛・結婚・子育てについて学ぶ
- 学習目標 3 男女交際や結婚生活により、幸せな生活をおくる

モジュール 20 外出・余暇活動

- 学習目標 1 外出・余暇活動について知る
- 学習目標 2 外出・余暇を楽しむ方法を学ぶ
- 学習目標 3 外出・余暇活動により、楽しい生活をする

モジュール 21 地域生活・社会参加

- 学習目標 1 地域生活・社会参加の重要性を知る
- 学習目標 2 地域生活・社会参加の方法を学ぶ
- 学習目標 3 積極的に地域生活・社会参加をする

第5部 自分の権利をいかす

モジュール 22 障害福祉制度

- 学習目標 1 障害福祉の大切さを知る
- 学習目標 2 障害福祉制度を学ぶ
- 学習目標 3 障害福祉制度を正しく理解する

モジュール 23 日中活動サービス

- 学習目標 1 日中活動サービスの大切さを知る
- 学習目標 2 日中活動サービスを利用する方法を学ぶ
- 学習目標 3 日中活動サービスを利用して充実した生活をおくる

モジュール 24 地域生活サービス

- 学習目標 1 地域生活サービスの大切さを知る
- 学習目標 2 地域生活サービスを利用する方法を学ぶ
- 学習目標 3 地域生活サービスを利用し、充実した生活をおくる

モジュール 25 権利擁護

- 学習目標 1 権利の大切さを知る
- 学習目標 2 権利をいかす方法を学ぶ
- 学習目標 3 権利をいかし力強く生きる

出典：奥野英子・野中猛編著『地域生活を支援する社会生活力プログラム・マニュアル―
精神障害のある人のために』中央法規出版、2009