

ショートケアの内容—分類してみると
現実のメニューとは異なりますが、考え方としては以下の如くです。

	大きな分類	小さな分類kangaekatatositeha	具体的内容
1	生命維持活動	生活 体づくりモータースキル 体を知る 修理	洗濯 洗濯板で洗濯 掃除 からふる棟掃除 炊事 ホットケーキ たこ焼き お茶 コーヒー紅茶 台湾茶などをだす練習→家 静かな体操 ラジオ体操 ヨガなど 動きのある体操 座位の風船バレー 体温、体重、血圧、睡眠、排便チェック 服薬の徹底 管理表を付ける
2	社会的労働を担う 人材造りの準備 (教育)	アカデミックスキル ソーシャルスキル 金銭管理のスキルアップ 買い物練習 コミュニケーションスキル 心の理論学習 言葉の学習 考え方の変更 自己理解を進める 自己評価をあげる ボラ活動への参加	勉強 挨拶の仕方練習 金銭管理表などをつける 買い物に出かける 小集団ミーティング テーマでの討論 社会的場面を決め 他人を観察する練習など 比喩皮肉慣用句ことわざを説く会話 かるた 認知を変える 小集団ミーティング テーマでの討論 互いをほめる練習→家でも練習 農作業へ参加するとか
3	労働を通して 社会性の獲得と 労働の喜びを 獲得準備	手先を使う 体を使う	陶芸など作業 カレンダー・絵手紙・年賀状作り プランターで野菜など育てる 料理
4	余暇の使い方 趣味の喜び	生き方を学べる遊び 音楽鑑賞(ヘッドホンで) 音楽を楽しむ 文章・ことばで考える 創作	人生ゲーム トランプ からおけ、合唱、楽器練習 読書 作文 絵画作成 手芸さしこなど