

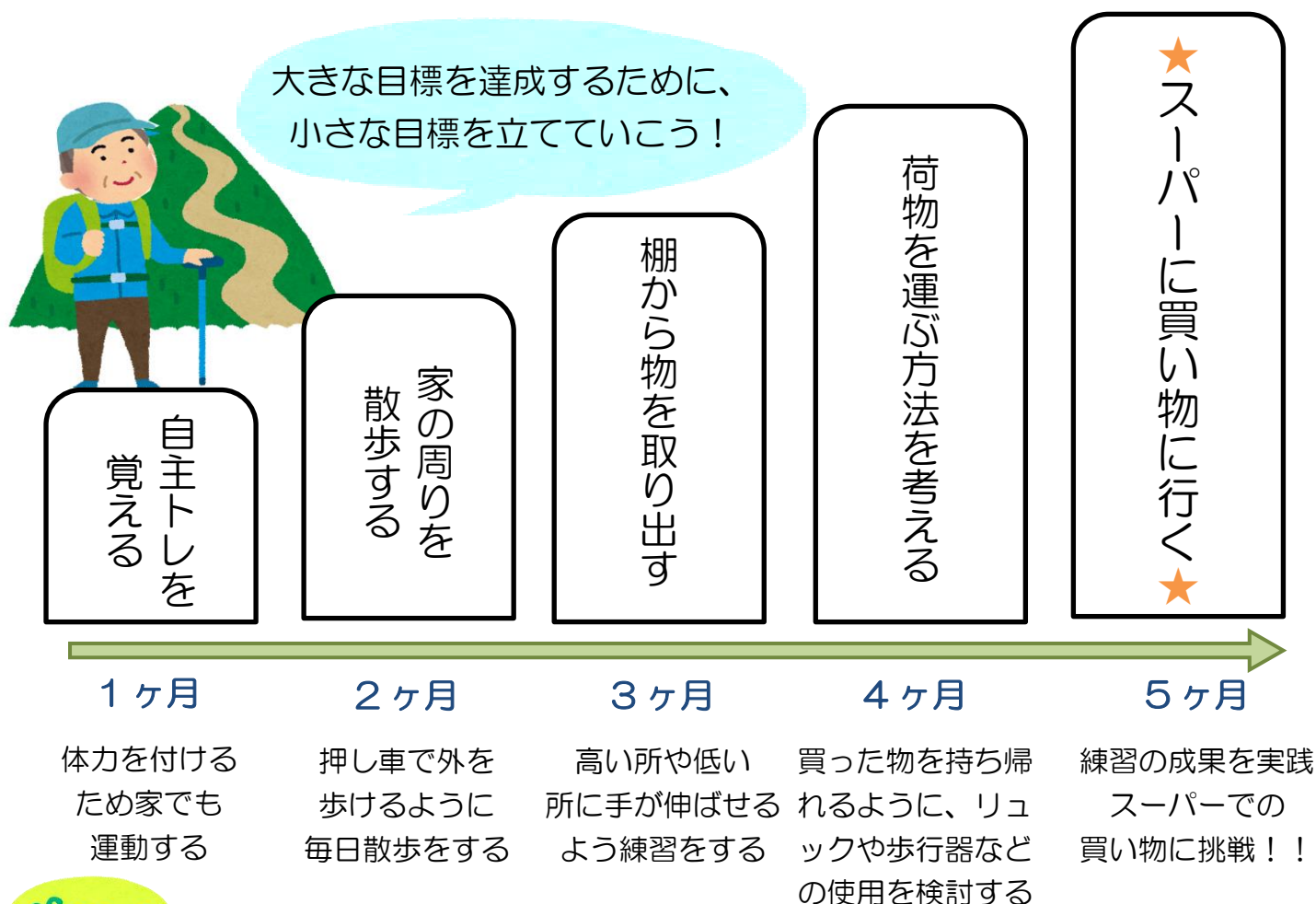
＊ゆきよし通信＊

平成30年8月1日 No. 7

目標のステップアップについて

毎日暑い日が続きますね。熱中症は屋内でも起こります。エアコンの使用やこまめな水分摂取を心がけましょう！！さて、先月はリハビリの目標についてお伝えしましたが、今月は**目標を達成するためのステップ**について考えていきたいと思えます♪

Aさんの最終目標：スーパーへ買い物に行く



ポイント

- 1 最終目標までの**ステップを具体的に**することで目的意識が変わりリハビリの効果も高まります！
- 2 **家でもリハビリを行う**という意識を持つことで、リハビリの成果を生活へ反映しやすくなります！