

ワーク①(例)

生活の中の事実を生活機能の視点でとらえる

「喉が渴いた時にはお茶が飲みたい渡邊さん」

1	(立っていて)ペットボトルとコップがテーブルの上にあるのを見つける
2	ペットボトルの中身が色とラベルからお茶であることが見える・読める
3	たくさん話をして喉が渴いたので「お茶でも飲もうかな」「今は飲んでいい」と思う
4	立っていた位置からテーブルまで歩くのに障害物がないか確かめ、道順を決める
5	ペットボトルとコップの置いてあるテーブルに近づくために歩きだす
6	(障害物に)ぶつからないように、目的の位置を忘れず、視点・進行方向を変えつつ進む
7	ペットボトルとコップが手に取れる位置を目ではかり、歩みを止める
8	(体を曲げて)右手を伸ばして、ペットボトルが握れる位置で止める
9	伸ばした右手でペットボトルを握りつぶさない、かつ落とさない位の力で握る
10	ペットボトルを右手で持ち上げて、胸元まで引き寄せる
11	ペットボトルを左手に持ち替え、左手も握りつぶさず落とさない位の力で握る
12	フタがあることが見え、右手をペットボトルのフタの位置に持っていく
13	ペットボトルのフタは左に回せば開くことを既に知っていて、思い出す
14	ペットボトルのフタを開けるために、右手でフタを左に回す
15	左手は右手が左に回す力に負けず、開けた時に中身が飛び出さない位の力を入れる
16	指でフタを回し、回す際の抵抗が少なくなったことを感じ、回すのをやめる(フタをあける)
17	フタを持ち、フタの開けた面を上にしなから手を伸ばし、テーブルの上にフタを置く
18	ペットボトルを右手に持ち替え、テーブルの上のコップの上方に持っていく
19	中身がコップの外に飛び出さない位にペットボトルを傾け、コップにお茶を注ぐ
20	コップに注がれるお茶の量を見ながら、飲みたい量・こぼれない量を目測する
21	十分な量のお茶が注がれるころにペットボトルを垂直に戻す(滴らないような速度で)
22	ペットボトルをコップの脇にこぼれないように縦置きで置き、右手を離す
23	右手でお茶の注がれたコップを落とさない・壊さないような力加減で持ち、持ち上げる
24	手でコップを握りつつ、肘や手首を曲げて、コップを口元まで持っていく
25	周囲を見て、皆が見ていることに気がつき、皆の前で飲むのは「少し恥ずかしいな」と思う
26	「いひっ」と笑って、皆の視線を避けられる後ろを向き、口元を左手で隠す
27	コップを口にもっていき、唇がコップに触れた感覚の後に、コップを傾ける
28	一回で飲める量で、喉が潤ったと感じる量を飲み、口は一定量を溜めて飲み込む
29	飲み終わったらコップをテーブルに戻すため、体をひねり向きを変え、手を伸ばして置く
30	両手を伸ばし、ペットボトルをテーブルの上で左手で支えて、フタを右手で右回しでしめる