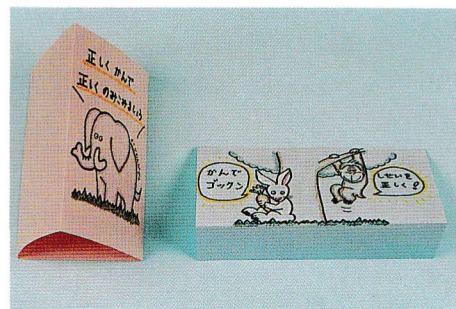


ランチョンマットに画いたリマインダーサイン



リマインダーカード

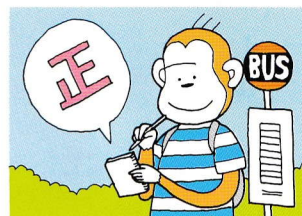
指導のポイント

- ・リマインダーカードは、患者さんに作ってもらおうとよいでしょう。また、ランチョンマットを工夫する方法もあります。

7-9 ポスター

用意するもの

メモ帳
筆記用具



朝起きてから寝るまでの間、スポットを思い出したとき、メモ帳に正の字を書きます。スポットを思い出した回数が、1日30回位になるまで続けます。メモ帳は持ち運びに便利のように小さめのものを使うとよいでしょう。



メモ帳に記入する

必要に応じて、追加の練習を行います。