

• 주간재활프로그램 계획서

프로그램명	봄 봄 봄	주진행자	마효경
		보조진행자	김동주, 김소은, 김현정, 이세비, 조수빈, 조윤정
일시	2023.03.10. (금) 10:00~10:50	장소	부산북구정신건강복지센터 3층
치료매체	시각자료, 참여활동	참가대상 및 인원	부산북구정신건강복지센터 등록 회원 약 10명, 간호학생 7명
프로그램 주제	봄을 맞이한 겨울옷 보관법		
목 적	부산북구정신건강복지센터 등록 회원에게 겨울옷 개는 법 시범을 통해, 봄을 맞아 겨울옷을 보관하는 방법을 배워 일상생활기술 수행능력을 함양한다.		
목 표	1. WARM UP-퀴즈를 통해 옷 보관의 필요성을 말할 수 있다. 2. 겨울옷의 종류에 따른 개는 법을 적절히 수행할 수 있다. 3. 겨울옷을 보관하기 위한 제습제의 정확한 사용 방법을 말할 수 있다.		
준비도구	간호학생의 겨울옷(패딩, 긴팔 티셔츠, 청바지, 슬랙스), 유인물(패딩보관법)		
개입과정	<p>[도입] (10분)</p> <p>1) 인사 나누기 및 출석 확인 (3분)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ 프로그램 시작 전 회원들이 들어올 동안 봄 분위기가 느껴지는 노래를 틀어 놓는다. (비발디<사계> 중 <봄>) • 진행자들을 소개하고, 처음 온 회원이 있다면 인사하는 시간을 가진다. • “안녕하세요, 부산대학교 학생간호사 ○○○입니다. 저는 이 프로그램의 주 진행자를 맡았고요, 차례로 보조 진행을 맡은 ○○선생님, ○○선생님, ○○선생님, ○○선생님, ○○선생님, ○○선생님입니다. 프로그램 진행 중 도움이 필요하다면 언제든지 선생님들을 불러 주시면 됩니다.” <p>2) WARM UP-퀴즈를 통한 프로그램 주제 전달 (7분)</p> <ul style="list-style-type: none"> • 옷을 개서 보관해야 하는 이유는 무엇일까? : 옷장을 차지하는 부피 감소, 옷장의 나머지 공간 활용 가능, 옷의 수명 연장 등 • “우리가 이제는 봄을 맞아 입지 않는 겨울옷을 개어서 수납장에 보관해야 하는 이유는 무엇일까요? 먼저 이야기해보실 회원님 있으신가요?” • 차례로 돌아가며 모든 회원이 의견을 발표할 수 있도록 한다. • 회원들에게 오늘 프로그램의 주제인 <봄을 맞이한 겨울옷 보관하기>를 알린다. ▪ “지금부터 상의, 하의, 패딩을 개는 방법과 제습제를 사용하는 방법을 배워 보도록 하겠습니다.” 		

[진행] (30분)

1) 상의 개는 법 교육하기 (긴팔 티셔츠)

- 먼저 간호학생이 상의를 회원에게 나눠준 후, 상의 개는 법 영상을 보여준다.
- “다 함께 상의 개는 법을 동영상으로 살펴봤는데요, 다들 따라 할 수 있으시겠어요? 후드가 달린 상의의 경우 옷을 뒤로 뒤집어 모자를 가장 먼저 아래로 접어 주시면 됩니다.”
- 두 번째로 긴팔 티셔츠 개는 법 영상을 튜 상태에서 회원들이 함께 1회 개어본다.
- 마지막으로 영상을 보지 않고 회원들이 직접 1회 갠다. 이때, ‘<붙임 1> 프로그램 참여 회원 평가도구’로 회원의 수행 정도를 평가한다. (간호학생 1명이 맡은 회원 2명을 대상으로 진행한다.)
- 상의를 간호학생이 회수한다.

2) 하의 개는 법 교육하기 (청바지 및 슬랙스)

- 먼저 간호학생이 하의를 회원에게 나눠준 후, 하의 개는 법 영상을 보여준다.
- “이번에는 하의 개는 법을 살펴봤어요. 하의는 조금 쉽죠? 양복 하의처럼 구겨지면 안 되는 바지의 경우에는 옷걸이에 반을 접어서 걸어 주시면 주름이 지지 않는답니다. 그럼 이번에는 영상을 보면서 해볼까요?”
- 두 번째로 하의 개는 법 영상을 튜 상태에서 회원들이 함께 1회 개어본다.
- 마지막으로 영상을 보지 않고 회원들이 직접 1회 갠다. 이때, ‘<붙임 1> 프로그램 참여 회원 평가도구’로 회원의 수행 정도를 평가한다. (간호학생 1명이 맡은 회원 2명을 대상으로 진행한다.)
- 하의를 간호학생이 회수한다.

3) 패딩 개는 법 교육하기

- “겨울에 겹옷으로 많이 입었던 따뜻한 패딩 집에 다들 있으신가요? 이 패딩을 어떻게 개야 할지 우리 모두 동영상을 함께 보면서 알아보까요?”
- 패딩 개는 법 동영상을 이용하여 교육한다.
- ‘<붙임 2> 패딩 개는 법’ 유인물을 회원 전체에게 1장씩 제공한다. (간호학생 1명이 맡은 회원 2명을 대상으로 진행한다.)

4) 제습제 사용 방법 교육하기

- “앞서 배운 것처럼 옷을 개서 옷장에 넣었다면 마지막으로 꼭 해야 하는 일이 있는데요, 바로 제습제 넣기입니다.”
- 제습제 사용의 필요성에 대해 교육한다.
- “제습제는 공기 중의 습기를 빨아들여 습도를 낮추는 데 쓰이는 물질입니다. 곰팡이는 습한 환경에서 잘 생기는데, 여름에만 곰팡이가 생기는 것이 아니기 때문에 곰팡이가 생겨 옷을 버리는 일을 방지하기 위해 제습제를 사계절 내내 옷장에 넣어두고 사용하는 것이 좋습니다.”

- 제습제 사용 방법 PPT를 통해 사용방법을 교육한다.

[종결] (10분)

1) 소감 말하기

- “오늘 겨울옷을 보관하는 방법을 배워 봤는데요, 배운 것 중 가장 기억에 남는 내용과 느낀 점을 발표해 볼까요?”
- 회원들이 돌아가면서 오늘 배운 내용과 느낀 점에 대해 발표한다.

2) 프로그램 마무리하기

- 프로그램 내용 요약하여 설명하기, 마무리 인사하기
- “오늘 우리는 겨울 동안 입었던 옷들을 갈 수 있도록 상의, 하의, 패딩을 개는 법을 배웠습니다. 또, 옷이 상하지 않도록 보관하기 위해 제습제를 사용하는 방법도 배웠습니다. 모두 오늘 집에 가서서 겨울옷을 예쁘게 개서 정리해보시고, 새로운 마음으로 봄을 맞이하셨으면 좋겠습니다. (간호학생 다 같이) 수고 많으셨습니다.”

항목	평가내용	5	4	3	2	1
상의개기	1. 동영상을 보면서 상의 개기를 수행할 수 있다.					
	2. 동영상을 보지 않고, 순서에 맞추어 상의 개기를 수행할 수 있다.					
하의개기	1. 동영상을 보면서 하의 개기를 수행할 수 있다.					
	2. 동영상을 보지 않고, 순서에 맞추어 하의 개기를 수행할 수 있다.					
제습제 사용	1. 제습제 보관 위치에 대해 말할 수 있다.					
	2. 제습제 뚜껑을 여는 방법에 대해 말할 수 있다.					

*5점: 매우잘함/ 4점: 잘함/ 3점: 보통 /2점:적절히 수행하지 못하나 의지는 있음/ 1점: 적절히 수행하지 못하고 수행하고자 하는 의지 없음

<붙임 1> 프로그램 참여 회원 평가도구

<모자 없는 패딩>



1. 패딩 지퍼를 올리고 밑 부분을 위로 절반까지 접어주세요.



→ 2. 패딩 팔을 안쪽으로 접어주세요.



3. 양쪽 팔을 안쪽으로 접은 후 앞 부분을



아래쪽으로 접어주세요.



4. 앞 부분을 밑 부분 안으로 넣어주세요.



5. 완성!



1. 패딩 점퍼는 지퍼를 올린 후 모자 넓이에 맞게 몸통을 안으로 접고 팔을 접어주세요.



2. 반대쪽도 접어주세요.



→ 3. 밑에서부터 모자 쪽으로 눌러주면서 돌돌 말아주세요.



4. 몸통 부분을 모자속으로 넣어주세요.



5. 완성!

질문 : 패딩을 압축시켜 보관을 하면 패딩 충전제(솜)가 살아나지 않으면 어떡하죠?

답 : 패딩 충전제가 도망가지 않으니까 패딩을 입기 전에 조금 두드려주거나 건조기에 패딩 리프레쉬 기능, 패딩을 살려주는 기능을 사용하면 되기 때문에 패딩을 이렇게 눌러서 보관해도 괜찮습니다. 하지만 압축팩에 넣어서 보관하면 안됩니다. 통풍이 되지 않아서 습기가 차서 냄새가 날 수 있습니다.

<붙임 2> 패딩 개는 법 유인물

역할분담	이름	역할	내용
	마효경	주진행자	<p>프로그램 진행, [진행] 1)~4) 프로그램 진행 상황 파악하기, [종결] 1) 부분 회원 소감 발표 후 박수치기, [종결] 2) 부분 프로그램 종료 후 박수치기</p>
	김소은	보조진행자 1	<p>WARM UP-퀴즈 내용 조사하기, WARM UP-퀴즈 PPT 제작하기, [도입] 부분 회원 출석부 작성, [진행] PPT 및 영상 틀기, [진행] 1)~4) 프로그램 진행 상황 파악하기, [종결] 1) 부분 회원 소감 발표 후 박수치기, [종결] 2) 부분 프로그램 종료 후 박수치기</p>
	김동주	보조진행자 2	<p>제습제 사용 방법 내용 조사하기, 제습제 사용 방법 PPT 제작하기, [도입] 부분 회원 자리 배치, [진행] 1) 부분 상의 나눠주기 및 거두기, [진행] 1) ,2) 회원 2명의 사이에서 영상을 보고 따라하지 못하는 회원 도와주기, [진행] 1), 2) 프로그램 참여 회원 평가도구로 회원 2명의 참여도 평가하기, [진행] 3) 회원 2명에게 패딩 개는 법 유의물 배부하기, [종결] 1) 부분 회원 소감 발표 후 박수치기, [종결] 2) 부분 프로그램 종료 후 박수치기</p>

	김현정	보조진행자 3	<p>패딩 보관법 PPT 제작하기, [도입] 부분 회원 자리 배치, [진행] 1) 부분 상의 나눠주기 및 거두기, [진행] 1), 2) 회원 2명의 사이에 서서 영상을 보고 따라하지 못하는 회원 도와주기, [진행] 1), 2) 프로그램 참여 회원 평가도구로 회원 2명의 참여도 평가하기, [진행] 3) 회원 2명에게 패딩 개는 법 유의물 배부하기, [종결] 1) 부분 회원 소감 발표 후 박수치기, [종결] 2) 부분 프로그램 종료 후 박수치기</p>
	이세비	보조진행자 4	<p>상의 개는 법 내용 조사하기, 상의 개는 법 PPT 제작하기, 참여 확인 및 독려 전화걸기 [도입] 부분 회원 자리 배치, [진행] 2) 부분 하의 나눠주기 및 거두기, [진행] 1), 2) 회원 2명의 사이에 서서 영상을 보고 따라하지 못하는 회원 도와주기, [진행] 1), 2) 프로그램 참여 회원 평가도구로 회원 2명의 참여도 평가하기, [진행] 3) 회원 2명에게 패딩 개는 법 유의물 배부하기, [종결] 1) 부분 회원 소감 발표 후 박수치기, [종결] 2) 부분 프로그램 종료 후 박수치기</p>
	조수빈	보조진행자 5	<p>하의 개는 법 내용 조사하기, 하의 개는 법 PPT 제작하기,</p>

			<p>참여 확인 및 독려 전화걸기</p> <p>[도입] 부분 노래 틀기 , 다과 챙겨드리기</p> <p>[진행] 2) 부분 하의 나눠주기 및 거두기,</p> <p>[진행] 1), 2) 회원 2명의 사이에 서서 영상을 보고 따라하지 못하는 회원 도와주기,</p> <p>[진행] 1), 2) 프로그램 참여 회원 평가도구로 회원 2명의 참여도 평가하기,</p> <p>[진행] 3) 회원 2명에게 패딩 개는 법 유의물 배부하기,</p> <p>[종결] 1) 부분 회원 소감 발표 후 박수치기,</p> <p>[종결] 2) 부분 프로그램 종료 후 박수치기</p>
	조윤정	보조진행자 6	<p>패딩 개는 법 내용 조사하기, 패딩 개는 법 유의물 제작하기,</p> <p>[도입] 부분 노래 틀기, 다과 챙겨드리기</p> <p>[진행] 1), 2) 부분 옷 캐리어 내에 정리하기,</p> <p>[진행] 1), 2) 회원 2명의 사이에 서서 영상을 보고 따라하지 못하는 회원 도와주기,</p> <p>[진행] 1), 2) 프로그램 참여 회원 평가도구로 회원 2명의 참여도 평가하기,</p> <p>[진행] 3) 회원 2명에게 패딩 개는 법 유의물 배부하기,</p> <p>[종결] 1) 부분 회원 소감 발표 후 박수치기,</p> <p>[종결] 2) 부분 프로그램 종료 후 박수치기</p>