



# 11月 スマイルデイケアプログラム表



	月 2			火 3			水 4			木 5			金 6			土 7		
午前	リハビリ ウォーム アップ	料理	社会生活 リズム	リハビリ ウォーム アップ	料理	話し方 入門	リハビリ ウォーム アップ	料理	問題解 決法	リハビリ ウォーム アップ	料理	Better Solution SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	就労 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ヘルス プロモーション		不眠CBT	フィジカ ルトレー ニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コント ロール CBT	卓球 PC/ゲーム		社交不安CBT	DVD鑑賞		IMR	フィジカル トレーニング /壁絵		認知再構成法	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
	9			10			11			12			13			14		
午前	リハビリ ウォーム アップ	料理	社会生活 リズム	リハビリ ウォーム アップ	料理	話し方 入門	リハビリ ウォーム アップ	料理	問題解決 技法	リハビリ ウォーム アップ	料理	Better Solution SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	就労 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ヘルス プロモーション 片井さん		不眠CBT	フィジカ ルトレー ニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コント ロール CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT	みやび お抹茶会 芋きんとん		IMR	フィジカル トレーニング /壁絵		認知再構成法	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
	16			17			18			19			20			21		
午前	リハビリ ウォーム アップ	料理	社会生活 リズム	リハビリ ウォーム アップ	料理	話し方 入門	リハビリ ウォーム アップ	料理	問題解決 技法	リハビリ ウォーム アップ	料理	Better Solution SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	就労 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ヘルス プロモーション		不眠CBT	フィジカ ルトレー ニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コント ロール CBT	卓球 PC/ゲーム		社交不安CBT	DVD鑑賞		IMR	フィジカル トレーニング /壁絵		認知再構成法	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
	23			24			25			26			27			28		
午前	勤労感謝の日			リハビリ ウォーム アップ	料理	話し方 入門	リハビリ ウォーム アップ	料理	問題解決 技法	リハビリ ウォーム アップ	料理	Better Solution SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	就労 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後				フィジカ ルトレー ニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コント ロール CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT	みやび(華道)		IMR	フィジカル トレーニング /壁絵		認知再構成法	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
	30			<p>11月3日(火)文化の日 はデイケア実施します。</p>														
午前	リハビリ ウォーム アップ	料理	社会生活 リズム															
午後	ヘルス プロモーション		不眠CBT															

12月予定：(月)不安CBT (火)セルフエスティームCBT/こだわりCBT (土)MDI(双極性障害の心理教育)