

1月 スマイルディケアプログラム表

月			火			水			木			金			土						
						1			2			3			4						
午前	☆step by stepSSTは、問題解決技法に変更になります。 ☆ウォームアップSSTはなくなります。																		リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーシ ョンSST
午後																卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ ISTEAM CBT			
6			7			8			9			10			11						
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		セルフエス ティームCBT	カラオケ		不安CBT	壁絵/ポッチャ		社交不安 CBT	みやび		IMR	3B体操/PC		認知再構成法	調理レク	うつCBT	セルフ ISTEAM CBT			
13			14			15			16			17			18						
午前				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	成人の日			カラオケ		不安CBT	壁絵/卓球		社交不安 CBT	DVD鑑賞		IMR	体操/ゲーム		認知再構成法	屋外活動	うつCBT	セルフ ISTEAM CBT			
20			21			22			23			24			25						
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		セルフエス ティームCBT	カラオケ		不安CBT	壁絵/ポッチャ		社交不安 CBT	みやび		IMR	3B体操/PC		認知再構成法	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ ISTEAM CBT			
27			28			29			30			31									
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 講演会						
午後	ヘルス プロモーション		セルフエス ティームCBT	カラオケ		不安CBT	壁絵/卓球		社交不安 CBT	DVD鑑賞		IMR	体操/ゲーム		認知再構成法						

2月予定：(火) 認知再構成法 (金) 不眠CBT