

🎁🎁🎁🎁🎁 2月 スマイルデイケアプログラム表 🎁🎁🎁🎁🎁

	月			火			水			木			金			土					
																1					
午前	🎁2月から(アンガー、不眠、不安)CBTが2か月1クールとなります。 →それに伴い認知再構成法も2か月に一度の曜日移動です。																		リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーシ ョンSST
午後	🎁PC/ゲームは水曜日、壁絵が金曜日に移動になりました。																		卓球・ ヨガ	うつCBT	🎌7 Iスティム CBT
	3			4			5			6			7			8					
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		認知再構成法	ポッチャ/PC /ゲーム		社交不安 CBT	DVD鑑賞		IMR	3B体操/壁絵		不眠CBT	調理レク	うつCBT	🎌7 Iスティム CBT			
	10			11			12			13			14			15					
午前	リハビリ ウォーム アップ	料理	社会生活 リズム	建国記念日			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				屋外活動		社交不安 CBT	みやび(華道)		IMR	体操/壁絵		不眠CBT	卓球・ ヨガ	うつCBT	🎌7 Iスティム CBT			
	17			18			19			20			21			22					
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		認知再構成法	卓球/PC /ゲーム		社交不安 CBT	DVD鑑賞		IMR	3B体操/壁絵		不眠CBT	卓球・ ヨガ	うつCBT	🎌7 Iスティム CBT			
	24			25			26			27			28			29					
午前	天皇誕生日振替休日			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				カラオケ		認知再構成法	ポッチャ/PC /ゲーム		社交不安 CBT	みやび		IMR	体操/壁絵		不眠CBT	卓球・ ヨガ	うつCBT	🎌7 Iスティム CBT			

3月予定：(火)認知再構成法 (金)不眠CBT