



3月 スマイルディケアプログラム表



	月			火			水			木			金			土		
	2			3			4			5			6			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 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	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ エステ 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		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	みやび (華道)		IMR	ストレッチ 壁絵		不眠CBT	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ エステ 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	春分の日			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				屋外 体育館	うつCBT	セルフ エステ CBT
	23			24			25			26			27			28		
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	屋外レク		社交不安 CBT	みやび (お抹茶)		IMR	3B体操 壁絵		不眠CBT	卓球・ ヨガ	うつCBT	セルフ エステ CBT
	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	21日(土)は日吉病院デイケアと一緒に 国際プールにスポーツをしに行きましょう											
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												

4月予定：(火)アンガーコントロールCBT (金)認知再構成法 (土)MDI双極性障害心理教育