

4月 スマイルデイケアプログラム表

	月			火			水 1			木 2			金 3			土 4											
午前	★カラオケプログラムは現在実行未定です。 代わりに公園ウォーキングに行きましょう(^_^)															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							ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT		DVD鑑賞		IMR	ストレッチ 壁絵		認知再構成法	卓球・ ヨガ	双極性障 害の心理 教育	セルフ エスティーム 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		不安CBT	ウォーキ ング ・ゲーム	セルフエ スティーム CBT	こだわり 傾向CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT		みやび (華道)		IMR	3日体操 壁絵		認知再構成法	卓球・ ヨガ	双極性障 害の心理 教育	セルフ エスティーム CBT								
	13			14			15			16			17			18											
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		不安CBT	ウォーキ ング ・ゲーム	セルフエ スティーム CBT	こだわり 傾向CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT		DVD鑑賞		IMR	ストレッチ 壁絵		認知再構成法	調理レク	双極性障 害の心理 教育	セルフ エスティーム 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		不安CBT	ウォーキ ング ・ゲーム	セルフエ スティーム CBT	こだわり 傾向CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT		屋外レク		IMR	3日体操 壁絵		認知再構成法	卓球・ ヨガ	双極性障 害の心理 教育	セルフ エスティーム CBT								
	27			28			29			30																	
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	昭和の日			リハビリ ウォーム アップ	料理	Better Solution SST															
午後	ヘルス プロモーション		不安CBT	ウォーキ ング ・ゲーム	セルフエ スティーム CBT	こだわり 傾向CBT				みやび (未定)		IMR															

5月予定：(月)不安(火)セルフエスティームCBT、こだわり傾向CBT (金)認知再構成法 (土)双極性障害の心理教育