



9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 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	就労準備 きほんの き	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯	休職予防 プログラム
午後	ウォームアップ ヨガ	ストレス マネジメント		整える身体と心		セルフ エスティームCBT	卓球 /ゲーム	IMR ～疾病管理と リハビリ～		ヘルス プロモーション	社交不安CBT		和 ～なごみ～	認知再構成法	卓球	ー	ヨリドコロ (モノづくり)	うつ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	就労準備 きほんの き	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯	休職予防 プログラム
午後	ウォームアップ ヨガ	ストレス マネジメント		整える身体と心		セルフ エスティームCBT	ポッチャ /ゲーム	IMR ～疾病管理と リハビリ～		ヘルス プロモーション	社交不安CBT		和 ～なごみ～	認知再構成法	卓球	休職予防 (茶話会)	ヨリドコロ (スポーツ)	うつCBT
	16			17			18			19			20			21		
午前	 敬老の日			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	就労準備 きほんの き	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯	休職予防 プログラム
午後	 敬老の日			整える身体と心		セルフ エスティームCBT	カラオケ		IMR ～疾病管理と リハビリ～	ヘルス プロモーション	社交不安CBT		和 ～なごみ～	認知再構成法	卓球	ー	ヨリドコロ (お月見 クッキング)	うつCBT
	23			24			25			26			27			28		
午前	 秋分の日			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	就労準備 きほんの き	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯	休職予防 プログラム
午後	 秋分の日			整える身体と心		セルフ エスティームCBT	卓球 /ゲーム	IMR ～疾病管理と リハビリ～		ヘルス プロモーション	社交不安CBT		和 ～なごみ～	認知再構成法	卓球	休職予防 (茶話会)	ヨリドコロ (スポーツ)	うつCBT
	30			 <p>金曜午後レク「みやび」→「和～なごみ～」に名称が変わります。 土曜午前「アサーションSST」→「一汁一飯」にプログラム変更になります。</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	卓球		ストレス マネジメント															

10月予定：(月)こだわりCBT (土)うつCBT (10/12)スポーツイベント