



# 6月 スマイルデイケアプログラム表



月		火 1			水 2			木 3			金 4			土 5				
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		フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガーコン trolCBT	卓球 /ゲーム	IMR	ヘルスプロモ ーション	社交不安CBT	フィジカル トレーニング /筆ペン	認知再構成法	みやび (スイーツ 作り)	うつCBT	ストレス マネジメント					
7		8			9			10			11			12				
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	ウォームアップ ヨガ	不眠CBT	フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガーコン trolCBT	ポッチャ /ゲーム	IMR	ヘルスプロモ ーション	社交不安CBT	映画鑑賞	認知再構成法	卓球	うつCBT	ストレス マネジメント				
14		15			16			17			18			19				
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	ウォームアップ ヨガ	不眠CBT	フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガーコン trolCBT	卓球 /ゲーム	IMR	ヘルスプロモ ーション	社交不安CBT	フィジカル トレーニング /筆ペン	認知再構成法	みやび (創作)	うつCBT	ストレス マネジメント				
21		22			23			24			25			26				
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	リハビリ ウォームアップ	料理	アサーション SST
午後	ウォームアップ ヨガ	不眠CBT	フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガーコン trolCBT	ポッチャ /ゲーム	IMR	ヘルスプロモ ーション	社交不安CBT	映画鑑賞	認知再構成法	卓球	うつCBT	ストレス マネジメント				
28		29			30			6月から土曜の栄養相談は一旦休止いたします。										
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
午後	ウォームアップ ヨガ	不眠CBT	フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガーコン trolCBT	卓球 /ゲーム	IMR											

7月予定：(月)不眠CBT (火)セルフエスティームCBT/アンガーコントロールCBT (土)うつCBT