

8月 スマイルデイケアプログラム表

	月			火			水			木			金			土								
	1									2														
午前	 11日は振替休日のためお休みです。  									リハビリ ウォーム アップ	料理	就労準備 きぼんのき	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯										
午後										和～なごみ～			認知再構成法			双極性障害の 心理教育			ヨリドコロ					
	4			5			6			7			8			9								
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	わくわく プロジェクト	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 きぼんのき	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯							
午後	ウォームアップ ヨガ		アンガー コントロール CBT	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 リカバリー～		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	双極性 障害の 心理教育	休職予防	ヨリドコロ			
	11			12			13			14			15			16								
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	わくわく プロジェクト	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 きぼんのき	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯	
午後										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 リカバリー～		ヘルス プロモーション		社交不安CBT		和～なごみ～
	18			19			20			21			22			23								
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	わくわく プロジェクト	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 きぼんのき	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯							
午後	ウォームアップ ヨガ		アンガー コントロール CBT	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 リカバリー～		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	双極性障害の 心理教育	ヨリドコロ				
	25			26			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	リハビリ ウォーム アップ	料理	わくわく プロジェクト	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 きぼんのき	リハビリ ウォーム アップ	一汁一飯							
午後	卓球		アンガー コントロール CBT	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 リカバリー～		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	双極性 障害の 心理教育	スマイル 卒業生 集う会	ヨリドコロ			

【9月予定】(月)PM：はじめてCBT (土)PM：うつCBT