



11月 スマイルディケアプログラム表



	月			火			水			木			金			土					
													1			1					
午前	 ■3日(月)、24日(月)は祝日のためお休みです。 ■4日(火)～7日(金)は「ディケア あきいろウィーク」開催に伴い、午後のプログラムが変則的になります。後日スタッフからご説明します。														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															ヨリドコロ	うつCBT					
	3			4			5			6			7			8					
午前	文化の日			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	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				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～		認知再構成法		ヨリドコロ	うつCBT	
	10			11			12			13			14			15					
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		はじめてCBT (心理)	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		ヨリドコロ	うつCBT	
	17			18			19			20			21			22					
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	卓球		はじめてCBT	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～		認知再構成法		ヨリ ドコロ	うつCBT	素敵 大人会
	24			25			26			27			28			29					
午前	振替休日			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	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				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		ヨリ ドコロ	うつCBT	スマイル 卒業生の 会

【12月予定】(月)はじめてCBT