

# 12月 スマイルディケアプログラム表

	月			火			水			木			金			土								
	1			2			3			4			5			6								
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		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	振り返りCBT							
	8			9			10			11			12			13								
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		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	振り返りCBT							
	15			16			17			18			19			20								
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	クリスマス会								
午後	ウォームアップ ヨガ	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										
	22			23			24			25			26			27								
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		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	振り返り CBT	素敵 大人 会					
	29			30			31																	
午前	年末休み			年末休み			年末休み			年末年始は12月28日～1月4日までお休みです。														
午後																								

1月予定：(月) こだわり傾向CBT