

1月 スマイルデイケアプログラム表

	月			火			水			木			金			土									
										1			2			3									
午前	—— 祝日休み ——									休み			休み			休み									
	1日(木),2日(金),3日(土),12日(月)									休み			休み			休み									
	5			6			7			8			9			10									
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	こだわり傾向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		うつCBT			
	12			13			14			15			16			17									
午前	成人の日			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	成人の日			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			
	19			20			21			22			23			24									
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	こだわり傾向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		うつCBT		素敵大人会	
	26			27			28			29			30			31									
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		こだわり傾向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		スマイル 卒業生 集う会

2月予定：(月)はじめてCBT