

5月 スマイルデイケアプログラム表

		月			火			水			木			金			土								
		—— 祝日休み —— 4日(月),5日(火),6日(水)																							
		4			5			6			7			8			9								
午前	午後	みどりの日			こどもの日			振替休日			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						
		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								
		11			12			13			14			15			16								
午前	午後	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						
		ウォームアップ ヨガ		不眠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		
		18			19			20			21			22			23								
午前	午後	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						
		ウォームアップ ヨガ		不眠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
		25			26			27			28			28			28								
午前	午後	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	料理	Better Solution SST						
		卓球		不眠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		集まれ！ スマイル 卒業生

リンクスマンタルクリニック

6月予定：(月)午後 はじめてCBT / (土)午後 うつCBT