



11月 スマイルデイケアプログラム表



	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	問題解決 技法	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 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ウォームアップヨ ガ		不眠CBT	フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	卓球 /ゲーム		IMR	ヘルスプロモ ーション		社交不安CBT	みやびサロン (創作活動)		認知再構成法	卓球 /ゲーム	うつCBT	タスク管理
	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	問題解決 技法	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 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ウォームアップヨ ガ		不眠CBT	映画鑑賞	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	ポッチャ /ゲーム		IMR	ヘルスプロモ ーション		社交不安CBT	フィジカルト レーニング /筆ペン		認知再構成法	卓球 /ゲーム	うつCBT	タスク管理
	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	問題解決 技法	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 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ウォームアップヨ ガ		不眠CBT	フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	卓球 /ゲーム		IMR	ヘルスプロモ ーション		社交不安CBT	みやびサロン (お茶会)		認知再構成法	卓球 /ゲーム	うつCBT	タスク管理
	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	問題解決 技法	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 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ウォームアップヨ ガ		不眠CBT	映画鑑賞	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	ポッチャ /ゲーム		IMR	ヘルスプロモ ーション		社交不安CBT	フィジカルト レーニング /筆ペン		認知再構成法	卓球 /ゲーム	うつCBT	タスク管理
	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				<p>11月3日(水)文化の日 11月23日(火)勤労感謝の日 はデイケア実施します。</p>								
午後	卓球		不眠CBT	フィジカル /DC通信	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT												

12月予定：(月)不安CBT (火)セルフエスティームCBT/こだわりCBT (土)MDI(双極性障害の心理教育)