

9月 スマイルデイケアプログラム表

	月			火			水			木			金			土					
	1															2					
午前																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	アサーション SST	休職予防 プログラム
午後																みやびサロン		認知再構成法	卓球	うつCBT	ヨリドコロ (サイコロ トーク)
	4			5			6			7			8			9					
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	就労準備 きほんのき	リハビリ ウォーム アップ	アサーション SST	休職予防 プログラム			
午後	ウォームアップ ヨガ		ストレス マネジメント	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	みやびサロン		認知再構成法	卓球	うつCBT	ヨリドコロ (室内ゲーム)			
	11			12			13			14			15			16					
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	就労準備 きほんのき	リハビリ ウォーム アップ	アサーション SST	休職予防 プログラム			
午後	ウォームアップ ヨガ		ストレス マネジメント	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	みやびサロン		認知再構成法	卓球	うつCBT	ヨリドコロ (お月見 クッキング)			
	18			19			20			21			22			23					
午前				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	就労準備 きほんのき						
午後				整える身体と心		セルフ エスティームCBT	カラオケ		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	みやびサロン		認知再構成法						
	25			26			27			28			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	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	就労準備 きほんのき	リハビリ ウォーム アップ	アサーション SST	休職予防 プログラム			
午後	卓球		ストレス マネジメント	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	みやびサロン (華道)		認知再構成法	卓球	うつCBT	ヨリドコロ (アロマ石鹸)			

10月予定：(月)こだわりCBT (土)うつCBT (未定)スポーツイベント