



# 11月 スマイルディケアプログラム表



	月			火			水			木			金 1			土 2									
午前	<p>4日はお休みです。 23日は開所します。 (一汁一飯以外は特別プログラム実施予定です)</p>															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	和~なごみ~			認知再構成法			ヨリドコロ (スポーツ)			うつCBT			休職予防 茶話会												
	4			5			6			7			8			9									
午前	振替休日			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	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	一汁一飯	休職予防 プログラム							
午後				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 リハビリ~		ヘルス プロモーション ~薬膳~		社交不安CBT		和~なごみ~		認知再構成法		ヨリドコロ (クッキング)		うつCBT		-	
	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	一汁一飯	休職予防 プログラム							
午後	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 リハビリ~		ヘルス プロモーション ~薬膳~		社交不安CBT		和~なごみ~		認知再構成法		ヨリドコロ (スポーツ)		うつCBT		休職予防 茶話会	
	18			19			20			21			22			23									
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	一汁一飯	特別プログラム (アソシエーションSST)							
午後	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		屋外活動 カラオケ		IMR ~疾病管理と リハビリ~		ヘルス プロモーション ~薬膳~		社交不安CBT		和~なごみ~		認知再構成法		特別プログラム(防災について)					
	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	一汁一飯	休職予防 プログラム							
午後	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 リハビリ~		ヘルス プロモーション ~薬膳~		社交不安CBT		和~なごみ~		認知再構成法		ヨリドコロ (地域外出)		うつCBT		-	

12月：月曜 こだわり傾向を減らすCBT 土曜 振り返りCBT(予定)