



# 4月 スマイルデイケアプログラム表



月		火 1			水 2			木 3			金 4			土 5				
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	わくわく	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 きぼんのき	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	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		MDI 双極性障害 心理教育		
7		8			9			10			11			12				
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	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 きぼんのき	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	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	休職予防 ~茶話会~	MDI 双極性障害 心理教育	
14		15			16			17			18			19				
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	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 きぼんのき	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	屋外活動	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		MDI 双極性障害 心理教育	
21		22			23			24			25			26				
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	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 きぼんのき	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	スマイル卒業 メンバー 集う会	MDI 双極性障害 心理教育	
28		29			30			<p>29日は祝日のためお休みです。</p>										
午前	リハビリ ウォーム アップ	料理	社会生活 リズム	昭和の日			リハビリ ウォーム アップ										料理	わくわく
午後	卓球		不眠CBT				卓球 /ゲーム	IMR ~疾病管理と リカバリー~										

5月予定：(月)はじめてCBT (土)うつCBT