



10月 スマイルデイケアプログラム表



	月 1			火 2			水 3			木 4			金 5			土 6		
午前	社会生活 リズム	料理	ウォーミング アップ SST	リハビリ ウォームアップ	料理	会話 SST	リハビリ ウォームアップ	料理	step by step SST	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 講演会	ヨガ ゆったりサロン	アサーション	
午後	ヘルス プロモーション		IMR	カラオケ	セルフイシュー CBT		室内スポーツ	社交不安 CBT		DVD鑑賞		不眠CBT	チューブストレッチ 医療体操	7つのコラム		室内 スポーツ	セルフ イシュー CBT	うつCBT
	8			9			10			11			12			13		
午前	体育の日 			リハビリ ウォームアップ	料理	会話 SST	リハビリ ウォームアップ	料理	step by step SST	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	ヨガ ゆったりサロン	アサーション	
午後				カラオケ	セルフイシュー CBT		3B体操	社交不安 CBT		みやびサロン ～華道～		不眠CBT	室内ゲーム	7つのコラム		室内 スポーツ	セルフ イシュー CBT	うつCBT
	15			16			17			18			19			20		
午前	社会生活 リズム	料理	ウォーミング アップ SST	リハビリ ウォームアップ	料理	会話 SST	リハビリ ウォームアップ	料理	step by step SST	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	ヨガ ゆったりサロン	アサーション	
午後	ヘルス プロモーション		IMR	カラオケ	セルフイシュー CBT		屋外スポーツ 体育館	社交不安 CBT		DVD鑑賞		不眠CBT	チューブストレッチ 医療体操	7つのコラム		室内 スポーツ	セルフ イシュー CBT	うつCBT
	22			23			24			25			26			27		
午前	社会生活 リズム	料理	ウォーミング アップ SST	リハビリ ウォームアップ	料理	会話 SST	リハビリ ウォームアップ	料理	step by step SST	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	ヨガ ゆったりサロン	アサーション	
午後	ヘルス プロモーション		IMR	カラオケ	セルフイシュー CBT		3B体操	社交不安 CBT		みやびサロン ～アロマ～		不眠CBT	室内ゲーム	7つのコラム		室内 スポーツ	セルフ イシュー CBT	うつCBT
	29			30			31											
午前	社会生活 リズム	料理	ウォーミング アップ SST	リハビリ ウォームアップ	料理	会話 SST	リハビリ ウォームアップ	料理	step by step SST									
午後	ヘルス プロモーション		IMR	カラオケ	セルフイシュー CBT		室内スポーツ	社交不安 CBT										

11月予定：(木) アンガーコントロール (金) 不安CBT