

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								
午前	 「3B体操」と「チューブストレッチ・医療体操」の 実施曜日が変更になります 									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	 文化の日											
午後										DVD鑑賞			アンガー コントロール												3B体操		
	5			6			7			8			9			10											
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		セルフイースティム CBT	室内スポーツ		社交不安 CBT	みやびサロン ～華道～		アンガー コントロール		室内ゲーム		不安CBT		室内 スポーツ	セルフ イースティム CBT	うつCBT							
	12			13			14			15			16			17											
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		セルフイースティム CBT	チューブストレッチ 医療体操		社交不安 CBT	DVD鑑賞		アンガー コントロール		3B体操		不安CBT		室内 スポーツ	セルフ イースティム CBT	うつCBT							
	19			20			21			22			23			24											
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	 勤労 感謝の日			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		セルフイースティム CBT	屋外スポーツ 体育館		社交不安 CBT	みやびサロン ～アロマ～		アンガー コントロール				室内 スポーツ	セルフ イースティム CBT	うつCBT									
	26			27			28			29			30														
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												
午後	ヘルス プロモーション		IMR	カラオケ		セルフイースティム CBT	チューブストレッチ 医療体操		社交不安 CBT	DVD鑑賞		アンガー コントロール		屋外活動		不安CBT											

12月予定：(木)7つのコラム (金)不眠CBT