

8月 スマイルディケアプログラム表

	月			火			水			木			金			土			
	1			2			3			4			5			6			
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		不安CBT	整える身体と心		セルフ エスティームCBT	卓球 /ゲーム		IMR	ヘルスプロモー ション		社交不安CBT	DC通信/ 作品展制作		認知再構成法	卓球	双極性障害 の心理教育	ストレスマネ ジメント	
	8			9			10			11			12			13			
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	 ディケアはお休みです。			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		不安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				みやびサロン (お茶会)		認知再構成法	卓球	双極性障害 の心理教育	ストレスマネ ジメント	
	15			16			17			18			19			20			
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		不安CBT	整える身体と心		セルフ エスティームCBT	卓球 /ゲーム		IMR	ヘルスプロモー ション		社交不安CBT	DC通信/ 作品展制作		認知再構成法	卓球	双極性障害 の心理教育	ストレスマネ ジメント	
	22			23			24			25			26			27			
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		不安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	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	双極性障害 の心理教育	ストレスマネ ジメント	
	29			30			31												
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										
午後	卓球		不安CBT	整える身体と心		セルフ エスティームCBT	卓球 /ゲーム		IMR										

9月予定：(月)不安CBT (土)うつCBT