8月 スマイルデイケアプログラム表

	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	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 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
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～疾病管理とリカバリー～	ヘルスプロモーション 社交不安CBT	みやびサロン 認知再構成法	卓球 双極性障害の心理教育 ヨリドコロ(推し会)
	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 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 アサーションSST
午後	ウォームアップヨガ ストレスマネジメント	整える身体と心 セルフエスティームCBT	ボッチャ/ゲーム IMR～疾病管理とリカバリー～	ヘルスプロモーション イベントDAY 社交不安CBT		卓球 双極性障害の心理教育 ヨリドコロ(セルフ診断)
	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 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
午後	ウォームアップヨガ ストレスマネジメント	整える身体と心 セルフエスティームCBT	カラオケ 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	みやびサロン 認知再構成法	卓球 双極性障害の心理教育 ヨリドコロ(クッキング)
	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 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
午後	ウォームアップヨガ ストレスマネジメント	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	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 ヨリドコロ(縁日)
	28	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	リハビリウォームアップ 料理 Better Solution SST		
午後	卓球 ストレスマネジメント	整える身体と心 セルフエスティームCBT	ボッチャ/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		

8月11日は
山の日のためお休みです。

9月予定：(月)ストレスマネジメント　(土)うつCBT