



5月 スマイルデイケアプログラム表



| | 月 | | | 火 | | | 水 1 | | | 木 2 | | | 金 3 | | | 土 4 | | | | | | | |
|----|------------------------|----|-------------------|---------------------|----|------------------|---------------------|----|------------------------|---------------------|------------------------|---------------------------|---------------------|----|------------------|-------------|--------|---------------|---------------|------------------|---------------|-------|--|
| 午前 | ※5/3(木)、5/4(金)、5/6日(月) | | | | | | リハビリ ウォーム アップ | 料理 | 問題解決 技法 | GWイベント | | | 憲法記念日 | | | みどりの日 | | | | | | | |
| 午後 | は祝日のためお休みです。 | | | | | | 卓球 /ゲーム | | IMR ～疾病管理と リハビリ～ | | | | | | | | | | | | | | |
| | 6 | | | 7 | | | 8 | | | 9 | | | 10 | | | 11 | | | | | | | |
| 午前 | 振替休日 | | | 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 | | | | 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 リハビリ～ | | ヘルスプロモ ーション (薬膳) | | 社交不安CBT | | みやびサロン (お茶会) | | 認知再構成法 | | 卓球 | ヨリドコロ (スポーツ) | 休職予防 ～茶話会～ | うつCBT | |
| | 13 | | | 14 | | | 15 | | | 16 | | | 17 | | | 18 | | | | | | | |
| 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 | | 不眠CBT | 整える身体と心 | | セルフ エスティームCBT | 屋外活動 (カラオケ) | | IMR ～疾病管理と リハビリ～ | | ヘルスプロモ ーション (薬膳) | | 社交不安CBT | | みやびサロン (作品作り) | | 認知再構成法 | | 卓球 | ヨリドコロ (クッキング) | — | うつCBT | |
| | 20 | | | 21 | | | 22 | | | 23 | | | 24 | | | 25 | | | | | | | |
| 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 | | 不眠CBT (+薬について) | 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 リハビリ～ | | ヘルスプロモ ーション (薬膳) | | 社交不安CBT | | みやびサロン (作品作り) | | 認知再構成法 | | 卓球 | ヨリドコロ (スポーツ) | 休職予防 ～茶話会～ | うつCBT | |
| | 27 | | | 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 | リハビリ ウォーム アップ | 料理 | 就労準備 きほんのき | | | | | | | | |
| 午後 | 卓球 | | 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 リハビリ～ | | ヘルスプロモ ーション (薬膳) | | 社交不安CBT | | みやびサロン (寄せ植え) | | 認知再構成法 | | | | | | |

6月予定：(月)こだわりCBT (土)うつCBT