



2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			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 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ヘルス プロモーション		不眠CBT	フィジカル トレーニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT	DVD鑑賞		IMR	フィジカル トレーニング /筆ペン		認知再構成法	ヨガ	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
	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	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	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ヘルス プロモーション(片 井さん)		不眠CBT	フィジカル トレーニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT	みやびサロン (アロマクラフ ト)		IMR	フィジカル トレーニング /筆ペン		認知再構成法	卓球	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
	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 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ヘルス プロモーション		不眠CBT	フィジカル トレーニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	卓球 PC/ゲーム		社交不安CBT	DVD鑑賞		IMR	フィジカル トレーニング /筆ペン		認知再構成法	ヨガ	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
	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 SST	リハビリ ウォーム アップ	料理	アサーション SST
午後	ヘルス プロモーション		不眠CBT	フィジカル トレーニング	セルフ エスティーム CBT	アンガー コントロール CBT	ポッチャ PC/ゲーム		社交不安CBT	みやびサロン (華道)		IMR	フィジカル トレーニング /筆ペン		認知再構成法	卓球	うつCBT	セルフ エスティーム CBT
午前	  <p>11日建国記念日、23日天皇誕生日はともにデイケア開所日です。 ご参加お待ちしております。</p>																	
午後	<p>土曜の午後レクは、ヨガと卓球を隔週で行う予定です (いる人数などにより変更する場合があります)</p>  																	

3月予定：(月)不眠CBT (火)セルフエスティームCBT/アンガーコントロールCBT (土)うつCBT