

10月

月間予定表（平成26年10月）



	月		火		木		金		土	
					2		3		4	
A M	☆SST:社会生活技能訓練 よりよい対人関係を築くための技能を学びます。 ☆CBT:認知行動療法 ☆OW（オフィスワーク）…パソコンや語学、資格勉強を自習し、スキルと集中力を伸ばします。 ☆服薬デイクア…(土)薬や病気に関する自己研究活動と薬剤師による個人服薬相談を行っています。				調理 鶏ごぼうご飯 ブロッコリー-おかか和え みそ汁		調理 餃子 春雨サラダ		うつ病 CBT講習	
P M			ゲーム		会話・ゲーム SST		卓球		アサーション SST	
	6		7		9		10		11	
A M	調理 ボークソテー ポテトサラダ		調理 和風パスタ 大根サラダ 果物(ぶどう)		調理 牛丼 温野菜		調理 ランキングM クロックムッシュ・スープ		うつ病 CBT講習	
P M	DVD鑑賞		再発防止 プログラム		創作：塗り絵		カラオケ		アサーション SST	
	13		14		16		17		18	
A M			調理 ドライカレー ナ・ヨーグルト		調理 サンドイッチ わかず・果物		調理 豚の生姜焼き みそ汁		うつ病 CBT講習	
P M			硬筆習字		DVD鑑賞		卓球		アサーション SST	
	20		21		23		24		25	
A M	調理 さんまの塩焼き 炊き込みご飯		調理 お誕生日 メニュー		フリープログラム		調理 とろろ山菜蕎麦 豆腐サラダ		うつ病 CBT講習	
P M	DVD鑑賞		再発防止 プログラム		お誕生会		屋外活動		アサーション SST	
	27		28		30		31			
A M	調理 けんちんうどん 果物		調理 シュウマイ 中華スープ		調理 オムライス グリーンサラダ		調理 鰯の照り焼き ホリソ草のドレッシング			
P M	DVD鑑賞		再発防止 プログラム		創作：壁絵		ゲーム		会話・ゲーム SST	

