



10月 スマイルデイケアプログラム表



	月 2			火 3			水 4			木 5			金 6			土 7		
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	スポーツ大会			みやびサロン		認知再構成法	卓球	うつCBT	ヨリドコロ (読書会)
	9			10			11			12			13			14		
午前	スポーツの日 			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	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	うつCBT	ヨリドコロ(芸 術散歩)
	16			17			18			19			20			21		
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	カラオケ		IMR	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	うつCBT	ヨリドコロ (お茶会)
	23			24			25			26			27			28		
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	みやびサロン (華道)		認知再構成法	卓球	うつCBT	ヨリドコロ (ハロウィン)
	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												
午後	卓球		不安CBT	整える身体と心		セルフ エスティーム CBT												

11月予定：(月)不眠CBT (土)うつCBT/ヨリドコロ