

# ベーシックデイケア 12月のプログラム

	月	火	水	木	金	土
AM						料理 SST…アサーション
PM						セルフエスティームCBT 双極性障害心理教育
	3	4	5	6	7	8
AM	料理 SST…問題解決	料理 SST…就労	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…会話・認知機能	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション
PM	不眠CBT 不安CBT	こだわり傾向CBT ヘルスプロモーション	心理教育…IMR レク…カラオケ	社交不安CBT 7つのコラムCBT	アンガーコントロール 社会生活リズム	セルフエスティームCBT 双極性障害心理教育
	10	11	12	13	14	15
AM	料理 SST…問題解決	料理 SST…就労	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…会話・認知機能	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション
PM	不眠CBT 不安CBT	こだわり傾向CBT ヘルスプロモーション	心理教育…IMR レク…カラオケ	社交不安CBT 7つのコラムCBT	アンガーコントロール 社会生活リズム	セルフエスティームCBT 双極性障害心理教育(薬)
	17	18	19	20	21	22
AM	料理 SST…問題解決	料理 SST…就労 (デリバリー講演)	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…会話・認知機能	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション
PM	不眠CBT 不安CBT	こだわり傾向CBT ヘルスプロモーション	心理教育…IMR レク…カラオケ	社交不安CBT 7つのコラムCBT	アンガーコントロール 社会生活リズム	セルフエスティームCBT 双極性障害心理教育
	24	25	26	27	28	29
AM	天皇誕生日 振替休日	料理 SST…就労	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…会話・認知機能	料理 SST…Better Solution!	冬休み
PM		こだわり傾向CBT ヘルスプロモーション	心理教育…IMR レク…カラオケ	社交不安CBT 7つのコラムCBT	アンガーコントロール 社会生活リズム	