

6月 リワーク・ディケア プログラム表

	月	火				土			
						1			
午前	5/27	5/28	5/29	5/30	5/31	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
午後						セルフエス ティーム CBT	うつCBT	話し方入門	ヘルス プロモーション
	3	4	5	6	7	8			
午前	問題解決 SST	アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
	料理	OW	OW	OW	OW				
午後	不眠CBT	GD（MSC）	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	セルフエス ティーム CBT	うつCBT	話し方入門	ヘルス プロモーション
	不安CBT	OW	OW	OW	OW				
	10	11	12	13	14	15			
午前	問題解決 SST	アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
	料理	OW	OW	OW	OW				
午後	不眠CBT	GD（心理）	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	セルフエス ティーム CBT	うつCBT	話し方入門	お菓子作り /運動
	不安CBT	OW	OW	OW	OW				
	17	18	19	20	21	22			
午前	問題解決 SST	アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
	料理	OW	OW	OW	OW				
午後	不眠CBT	GD（薬）	ヘルス プロモーション	社交不安CBT	認知再構成法	セルフエス ティーム CBT	うつCBT	話し方入門	ヘルス プロモーション
	不安CBT	OW		OW	OW				
	24	25	26	27	28	29			
午前	問題解決 SST	アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
	料理	OW	OW	OW	OW				
午後	不眠CBT	GD（DC/心理）	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	リワーク 報告会	セルフエス ティーム CBT	うつCBT	話し方入門	ヘルス プロモーション
	不安CBT	OW	OW	OW					

GD:グループディスカッション OW:オフィスワーク