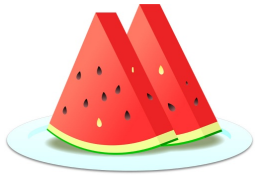
8月　ベーシックデイケア プログラム表

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
AM				料理 SST…話し方入門	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション 休職予防プログラム
PM				社交不安CBT 認知再構成法	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 タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	5	6	7	8	9	10
AM	料理 SST…問題解決	料理 デリバリー講演	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…話し方入門	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション 休職予防プログラム
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 認知再構成法	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 タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	12	13	14	15	16	17
AM	振替休日	料理 SST…就労	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…話し方入門	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション 休職予防プログラム
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…卓球	社交不安CBT 認知再構成法	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 タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	19	20	21	22	23	24
AM	料理 SST…問題解決	料理 SST…就労	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…話し方入門	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション 休職予防プログラム
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 認知再構成法	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 タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	26	27	28	29	30	31
AM	料理 SST…問題解決	料理 SST…就労	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…話し方入門	料理 SST…Better Solution!	料理 SST…アサーション 休職予防プログラム
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…屋外活動	社交不安CBT 認知再構成法	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 タスク管理 節酒プログラム スポーツ