



# 9月 ベーシックデイケア プログラム表



	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
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…卓球 	社交不安CBT (薬) 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 うつつCBT タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	9	10	11	12	13	14
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 うつつCBT タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	16	17	18	19	20	21
AM	敬老の日	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 うつつCBT タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	23	24	25	26	27	28
AM	秋分の日	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 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 うつつCBT タスク管理 節酒プログラム スポーツ
	30					
AM	料理 SST…問題解決					
PM	不眠CBT 不安CBT					