

12月 リワーク・デイケアプログラム表

	月	火	水	木	金	土			
		1	2	3	4	5			
午前	11月30日	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	話し方 入門	休職予防 プログラム
		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ				
午後		復職準備MT (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT アンガーCBT	認知再構成法	セルフエスティーム CBT	双極性障害 心理教育	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ
		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ				
	7	8	9	10	11	12			
午前	問題解決SST	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	話し方 入門	休職予防 プログラム
	料理	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ				
午後	不安CBT	復職準備MT (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT アンガーCBT	認知再構成法	セルフエスティーム CBT	双極性障害 心理教育	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ
		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ				
	14	15	16	17	18	19			
午前	問題解決SST	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	話し方 入門	休職予防 プログラム
	料理	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ				
午後	不安CBT	復職準備MT (心理)	ヘルスプロモーション	社交不安CBT アンガーCBT	認知再構成法	セルフエスティーム CBT	双極性障害 心理教育	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ
		OW/フォローアップ		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ				
	21	22	23	24	25	26			
午前	問題解決SST	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	話し方 入門	休職予防 プログラム
	料理	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ				
午後	不安CBT	復職準備MT (心理)	セルフエスティームCBT	リワーク報告会	リワーク報告会	セルフエスティーム CBT	双極性障害 心理教育	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ
		OW/フォローアップ	OW/フォローアップ						

12/28~1/3は年末年始のためデイケアは休みとなります