

7月 就労準備科 プログラム表

	月		火		水		木		金		土			
							1		2		3			
午前	6月28日		6月29日		6月30日		事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
午後							面接対策		話し方入門 (SST)		セルフケア CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ /ポッチャ
	5		6		7		8		9		10			
午前	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
午後	ストレスマネジメント		自己分析 企業分析		ビジネスマナー		面接対策		話し方入門 (SST)		セルフケア CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ /ポッチャ
	12		13		14		15		16		17			
午前	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
午後	ストレスマネジメント		自己分析 企業分析		ビジネスマナー		面接対策		話し方入門 (SST)		セルフケア CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ /ポッチャ
	19		20		21		22		23		24			
午前	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
午後	ヘルスプロモーション		自己分析 企業分析		ビジネスマナー		面接対策		話し方入門 (SST)		セルフケア CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ /ポッチャ
	26		27		28		29		30		31			
午前	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	料理	アサーション SST		休職予防 プログラム
午後	ストレスマネジメント		自己分析 企業分析		ビジネスマナー		就労準備科報告会		話し方入門 (SST)		セルフケア CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ /ポッチャ