

5月 就労準備科 プログラム表

	月		火		水		木		金		土			
	2		3		4		5		6		7			
午前	事務作業 (PC)	料理	憲法記念日		みどりの日		こどもの日		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								認知再構成法		セルフアステーム CBT	うつCBT	タスク 管理	スイーツデイ ヨガ
	9		10		11		12		13		14			
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		ヘルスプロモーション		面接対策		認知再構成法		セルフアステーム CBT	うつCBT	タスク 管理	スイーツデイ ポッチャ
	16		17		18		19		20		21			
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		認知再構成法		セルフアステーム CBT	うつCBT	タスク 管理	和みカフェ ヨガ
	23		24		25		26		27		28			
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		報告会		認知再構成法		セルフアステーム CBT	うつCBT	タスク 管理	フラワーデイ ポッチャ
	30		31											
午前	事務作業 (PC)	料理	事務作業 (PC)	料理	6月1日		6月2日		6月3日		6月4日			
午後	ストレスマネジメント		自己分析 企業分析											