

6月 就労準備科 プログラム表

	月		火		水		木		金		土			
					1		2		3		4			
午前	5月30日		5月31日		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					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	スイーツデイ ヨガ
	6		7		8		9		10		11			
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
	13		14		15		16		17		18			
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
	20		21		22		23		24		25			
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	フラワーデイ ポッチャ
	27		28		29		30							
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	7月1日		7月2日			
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							