







4月 ベーシック・デイケア プログラム表

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6
AM	料理 社会生活リズム	料理 就労SST	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 アサーションSST 休職予防プログラム
PM	不安CBT	IMR ヘルスプロモーション	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	双極性障害心理教育 企画プログラム/クラフト
	8	9	10	11	12	13
AM	料理 社会生活リズム	料理 就労SST	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 アサーションSST 休職予防プログラム
PM	不安CBT	IMR ヘルスプロモーション	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	双極性障害心理教育 カラオケ/ストレッチ
	15	16	17	18	19	20
AM	料理 社会生活リズム	料理 就労SST	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 アサーションSST 休職予防プログラム
PM	不安CBT	IMR ヘルスプロモーション	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	双極性障害心理教育 企画プログラム/クラフト
	22	23	24	25	26	27
AM	料理 社会生活リズム	料理 就労SST	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 アサーションSST 休職予防プログラム
PM	不安CBT	IMR ヘルスプロモーション	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	双極性障害心理教育 企画プログラム/ストレッチ
	29	30	     			
AM	料理 就労SST	料理 就労SST				

【5月の予定】月曜日：こだわり傾向CBT