

8月 リワーク・デイケア プログラム表

	月	火	水	木	金	土		
					1	2		
午前	7月28日	7月29日	7月30日	7月31日	Better Solution SST	料理	with-SST	休職予防 プログラム
					OW/フォローアップ			
午後					認知再構成法	双極性障害の心理教育	いとま～itoma～	
					OW/フォローアップ			
	4	5	6	7	8	9		
午前	問題解決	ストレスマネジメント	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	with-SST	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	OW/フォローアップ			
午後	ヘルスライフアップ	復職準備MT (デイケア)	セルフエスティーム CBT	社交不安CBT	認知再構成法	双極性障害の心理教育	いとま～itoma～	
	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	OW/フォローアップ			
	11	12	13	14	15	16		
午前	山の日	ストレスマネジメント	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	with-SST	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 (デイケア)	セルフエスティーム CBT	社交不安CBT	認知再構成法	双極性障害の心理教育	いとま～itoma～	
		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			
	18	19	20	21	22	23		
午前	タスク管理	ストレスマネジメント	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	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	OW/フォローアップ			
午後	ヘルスライフアップ	復職準備MT (心理)	セルフエスティーム CBT	社交不安CBT	認知再構成法	双極性障害の心理教育		
	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	OW/フォローアップ			
	25	26	27	28	29	30		
午前	問題解決	ストレスマネジメント	Better Solution SST	アサーションSST	Better Solution SST	料理	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	OW/フォローアップ			
午後	ヘルスライフアップ	復職準備MT (心理)	セルフエスティーム CBT	報告会	報告会	双極性障害の心理教育		
	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	OW/フォローアップ			

OW：オフィスワーク／SST：Social Skills Training／CBT：Cognitive Behavioral Therapy／フォローアップ：プログラムでの疑問点を小グループで話し合います