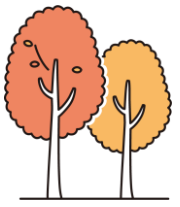
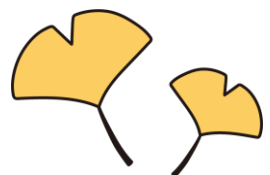


11月 ベーシック・ディケア プログラム表

	月	火	水	木	金	土
						1
AM						料理 休職予防プログラム
PM						うつCBT
	3	4	5	6	7	8
AM		料理 きほんのき	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 休職予防プログラム
PM		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	うつCBT
	10	11	12	13	14	15
AM	料理 社会生活リズム	料理 きほんのき	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 休職予防プログラム
PM	不眠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	うつCBT
	17	18	19	20	21	22
AM	料理 社会生活リズム	料理 きほんのき	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 休職予防プログラム
PM	不眠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	うつCBT
	24	25	26	27	28	29
AM		料理 きほんのき	料理 アサーションSST	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 休職予防プログラム with-SST
PM		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	うつCBT いとま～itoma～

【12月の予定】月曜日：不安CBT