


4月 ベーシック・デイケア プログラム表

	月	火	水 1	木 2	金 3	土 4
AM			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			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
	6	7	8	9	10	11
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 with-SST
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
	13	14	15	16	17	18
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
	20	21	22	23	24	25
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
	27	28	29	30	 	
AM	料理 社会生活リズム	料理 きほんのき	祝日イベント	料理 話し方入門		
PM	不安CBT	IMR ヘルスプロモーション	祝日イベント	社交不安CBT		

【5月の予定】月曜日：こだわりCBT