

6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 アサーションSST	料理 きほんのき	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 休職予防プログラム
PM	アンガーコントロール	IMR ヘルスプロモーション	セルフエスティームCBT	認知再構成法	認知再構成法	うつCBT
	8	9	10	11	12	13
AM	料理 社会生活リズム	料理 アサーションSST	料理 きほんのき	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 休職予防プログラム
PM	アンガーコントロール	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
	15	16	17	18	19	20
AM	料理 社会生活リズム	料理 アサーションSST	料理 きほんのき	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	アンガーコントロール	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
	22	23	24	25	26	27
AM	料理 社会生活リズム	料理 アサーションSST	料理 きほんのき	料理 話し方入門	料理 Better Solution SST	料理 休職予防プログラム
PM	アンガーコントロール	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
	29	30				
AM	料理 社会生活リズム	料理 アサーションSST				
PM	アンガーコントロール	IMR ヘルスプロモーション				

【7月の予定】月曜日：不眠