

5月 リワーク・ディケアプログラム表

	月	火	水	木	金	土				
						1				
午前	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム		
午後						セルフエスティーム CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ	
	3	4	5	6	7	8				
午前	5月3日	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション 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 (特別枠)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	アンガー	認知再構成法	セルフエスティーム CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ
		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				
	10	11	12	13	14	15				
午前	問題解決SST	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム		
	料理	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	不眠CBT	復職準備MT (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	アンガー	認知再構成法	セルフエスティーム CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ
	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					
	17	18	19	20	21	22				
午前	問題解決SST	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム		
	料理	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	不眠CBT	復職準備MT (MSC)	ヘルスプロモーション	社交不安CBT	アンガー	認知再構成法	セルフエスティーム CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ
	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				
	24	25	26	27	28	29				
午前	問題解決SST	問題解決SST	ストレスマネジメント	就労SST	Better Solution SST	料理	アサーション SST	休職予防 プログラム		
	料理	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	不眠CBT	復職準備MT (心理)	セルフエスティームCBT	リワーク報告会	リワーク報告会	セルフエスティーム CBT	うつCBT	タスク 管理	ヨガ/ ポッチャ	
	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ	OW/フォローアップ							
	31	27	28	29	30	30				
午前	問題解決SST	6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日				
	料理									
午後	不眠CBT									