

## 9月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
	2	3	4	5	6	7	
午前	ストレスマネジメント	就労SST	アサーションSST	ここからリンク(栄養)	Better Solution SST	一汁一飯	休職予防プログラム
	OW	OW	OW	OW	OW		
午後	不眠CBT	復職準備ミーティング (心理)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	-	うつCBT
	OW	OW	OW	OW	OW		
	9	10	11	12	13	14	
午前	ストレスマネジメント	就労SST	アサーションSST	ここからリンク(栄養)	Better Solution SST	一汁一飯	休職予防プログラム
	OW	OW	OW	OW	OW		
午後	不眠CBT	復職準備ミーティング (心理)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	休職予防 (茶話会)	うつCBT
	OW	OW	OW	OW	OW		
	16	17	18	19	20	21	
午前	祝日 (敬老の日)	就労SST	アサーションSST	ここからリンク(栄養)	Better Solution SST	一汁一飯	休職予防プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後	祝日 (敬老の日)	復職準備ミーティング (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	-	うつCBT
		OW	OW	OW	OW		
	23	24	25	26	27	28	
午前	祝日 (秋分の日)	就労SST	アサーションSST	ここからリンク(薬)	Better Solution SST	一汁一飯	休職予防プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後	祝日 (秋分の日)	復職準備ミーティング (MSC)	リワーク報告会	リワーク報告会	リワーク報告会	休職予防 (茶話会)	うつCBT
		OW					
	30	<p style="color: red; font-weight: bold;">祝日のため 9/16(敬老の日)、9/23(秋分の日)はお休みです。                      土曜午前「アサーションSST」→「一汁一飯プログラム」に変更になります。                      報告会は25~27の三日間を予定しています。人数によっては変更日程を変更させていただきます。</p>					
午前	ストレスマネジメント						
	OW						
午後	不眠CBT						
	OW						

10月予定：(月)こだわり傾向CBT (土)うつCBT OW:自習 (10月12日)スポーツイベント

# 9月 料理メニュー

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
ご飯 焼き鮭 カレー風ナムル 根菜スープ	焼きそば わかめスープ	ご飯 鶏肉のチリソース炒め ニラ玉スープ	フレンチトースト ～ホイップと ブルーベリー添え～ ポトフ	ガパオライス 酸辣湯スープ フルーツ	ご飯 きのこたっぷり豚汁
9	10	11	12	13	14
カルボナーラ 豆サラダ	シナモントースト チリコンカン フルーチェ	お楽しみメニュー	シーフードサラダ グリーンサラダ	ご飯 鶏と野菜の黒酢あん さつまいもの味噌汁	ご飯 冷や汁
16	17	18	19	20	21
敬老の日	炊き込みご飯 肉豆腐 なすの煮びたし	豆乳担々麺 ピーマンとオクラの おかか和え	きのこ入りハヤシライス ナッツのサラダ	ホットドック3種 (ソーセージ/他2種) クラムチャウダー	ご飯 野菜と鯖缶の カレースープ
23	24	25	26	27	28
秋分の日	ご飯 チャプチェ まいたけの牛だしスープ	ピザトースト 具沢山コーンスープ	冷やしうどん ブロッコリー胡麻和え	薬膳メニュー	ご飯 豆乳みそ汁
30	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="flex: 1;"> <p>お誕生日メニュー</p>  </div> <div style="flex: 1; text-align: center;">  </div> <div style="flex: 3;"> <p>9月より、土曜に一汁一飯プログラムが始まり、 昼食提供が再開いたします (それに伴い、キャッシュバックは中止します)</p> </div> <div style="flex: 1;">  </div> </div>				