

## 7月 リワーク・デイケアプログラム

|    | 月             | 火                   | 水            | 木   | 金                   | 土             |               |
|----|---------------|---------------------|--------------|---|---------------------|---------------|---------------|
|    | 1             | 2                   | 3            | 4   | 5                   | 6             |               |
| 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～医食同源～   | Better Solution SST | アサーション<br>SST | 休職予防<br>プログラム |
|    | OW            | OW                  | OW           | OW  | OW                  |               |               |
| 午後 | アンガーコントロールCBT | 復職準備ミーティング<br>(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                  |               |               |
|    | 8             | 9                   | 10           | 11  | 12                  | 13            |               |
| 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～医食同源～   | Better Solution SST | アサーション<br>SST | 休職予防<br>プログラム |
|    | OW            | OW                  | OW           | OW  | OW                  |               |               |
| 午後 | アンガーコントロールCBT | 復職準備ミーティング<br>(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                  |               |               |
|    | 15            | 16                  | 17           | 18  | 19                  | 20            |               |
| 午前 | 祝日(海の日)       | 就労SST               | アサーションSST    | ここからリンク～医食同源～   | Better Solution SST | アサーション<br>SST | 休職予防<br>プログラム |
|    |               | OW                  | OW           | OW  | OW                  |               |               |
| 午後 |               | 復職準備ミーティング<br>(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                  |               |               |
|    | 22            | 23                  | 24           | 25  | 26                  | 27            |               |
| 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～医食同源～   | Better Solution SST | アサーション<br>SST | 休職予防<br>プログラム |
|    | OW            | OW                  | OW           | OW  | OW                  |               |               |
| 午後 | アンガーコントロールCBT | 復職準備ミーティング<br>(MSC) | セルフエスティームCBT | 報告会   | 報告会                 | うつCBT         |               |
|    | OW            | OW                  | OW           |   |                     |               |               |
|    | 29            | 30                  | 31           | 7月から木曜午前は、バイオセラピー部によるプログラム<br>〈ここからリンク～医食同源～〉に変更です。<br><br>15日(月)は祝日のためお休みです。 |                     |               |               |
| 午前 | ストレスマネジメント    | 就労SST               | アサーションSST    |   |                     |               |               |
|    | OW            | OW                  | OW           |   |                     |               |               |
| 午後 | アンガーコントロールCBT | 復職準備ミーティング<br>(未定)  | セルフエスティームCBT |   |                     |               |               |
|    | OW            | OW                  | OW           |   |                     |               |               |

8月(月)不安CBT (土)双極性障害の心理教育 OW:自習