

6月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土		
		1	2	3	1	2		
午前	5/28	5/29	5/30	5/31	Better Solution SST	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後					OW			
	4	5	6	7	8	9		
午前	マインドフルネス/ スポーツ	アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution アドバンス	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後	アンガーコントロール	セルフエスティーム CBT	こだわり傾向	社交不安CBT	7つのコラム	スポーツ	うつCBT	セルフエスティーム CBT
	OW	OW	OW	OW	GD			
	11	12	13	14	15	16		
午前	マインドフルネス/ スポーツ	アサーションSST	薬について学ぶ	就労SST	Better Solution SST	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後	アンガーコントロール	セルフエスティーム CBT		社交不安CBT	7つのコラム			
	OW	OW	ヘルス プロモーション	OW	GD	スポーツ	うつCBT	セルフエスティーム CBT
	18	19	20	21	22			
午前	マインドフルネス/ スポーツ	アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後	アンガーコントロール	セルフエスティーム CBT	こだわり傾向	社交不安CBT	7つのコラム			
	OW	OW	OW	OW	GD	スポーツ	うつCBT	セルフエスティーム CBT
	25	26	27	28	29			
午前	マインドフルネス/ スポーツ	アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後	アンガーコントロール	セルフエスティーム CBT	こだわり傾向	リワーク報告会	リワーク報告会			
	OW	OW	OW			スポーツ	うつCBT	セルフエスティーム CBT

OW：オフィスワーク GD：グループディスカッション