

8月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土		
			1	2	3	4		
午前	7/30	7/31	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
			OW	OW	OW			
午後			こだわり傾向	社交不安CBT	7つのコラム	スポーツ	双極性障害 心理教育	セルフエスティーム CBT
			OW	OW	GD			
	6	7	8	9	10	11		
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	山の日		
		OW	OW	OW	OW			
午後	不眠CBT	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			
	13	14	15	16	17	18		
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
		OW	OW	OW	OW			
午後	不眠CBT	セルフエスティーム CBT	ヘルスプロモーション	社交不安CBT	7つのコラム	スポーツ	双極性障害 心理教育	セルフエスティーム CBT
	OW	OW		OW	GD			
	20	21	22	23	24	25		
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
		OW		OW	OW			
午後	不眠CBT	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	双極性障害 心理教育	セルフエスティーム CBT
	OW	OW	OW	OW	GD			
	27	28	29	30	31			
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	9/1		
		OW	OW	OW	OW			
午後	不眠CBT	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					

※アドバンス・プログラムの日程は決まり次第ご連絡します

OW：オフィスワーク

GD：グループディスカッション