

2月 リワーク・デイケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
						1	
午前	1 1日は建国記念の日、2 4日は振替休日ためお休みです。					一汁一飯	休職予防プログラム
午後						うつCBT	ヨリドコロ
	3	4	5	6	7	8	
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	Better Solution SST	一汁一飯	休職予防プログラム
	OW	OW	OW	OW	OW		
午後	こだわり傾向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	ヨリドコロ 休職予防(茶話会)
	OW	OW	OW	OW	OW		
	10	11	12	13	14	15	
午前	ストレスマネジメント	建国記念日	アサーションSST	ここからリンク	Better Solution SST	一汁一飯	休職予防プログラム
	OW		OW	OW	OW		
午後	こだわり傾向CBT		セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	ヨリドコロ
	OW		OW	OW	OW		
	17	18	19	20	21	22	
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	Better Solution SST	一汁一飯	休職予防プログラム
	OW	OW	OW	OW	OW		
午後	こだわり傾向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	ヨリドコロ 休職予防(茶話会)
	OW	OW	OW	OW	OW		
	24	25	26	27	28		
午前	振替休日	就労SST	アサーションSST	ここからリンク	Better Solution SST		
		OW	OW	OW	OW		
午後		復職準備ミーティング(MSC)	セルフエスティームCBT	報告会	報告会		
		OW	OW				

3月の予定 (月)午後：アンダーコントロール (土)午後：うつCBT OW：自習時間