

4月 リワークデイケアプログラム

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|----|----------------------|------------|--------------|---------------|---------------------|------------|-----------|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 | |
| 午前 | —— 祝日休み —— 29日(水) | | アサーションSST | ここからリンク～医食同源～ | Better Solution SST | 一汁一飯 | 休職予防プログラム |
| | | | OW | OW | OW | | |
| 午後 | | | セルフエスティームCBT | 社交不安CBT | 認知再構成法 | 双極性障害の心理教育 | ヨリドコロ |
| | | | OW | OW | OW | | |
| | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | |
| 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 | 一汁一飯 | 休職予防プログラム |
| | 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 | セルフエスティームCBT | 社交不安CBT | 認知再構成法 | 双極性障害の心理教育 | ヨリドコロ |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | |
| | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | |
| 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 | 一汁一飯 | 休職予防プログラム |
| | 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 | セルフエスティームCBT | 社交不安CBT | 認知再構成法 | 双極性障害の心理教育 | ヨリドコロ |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | |
| | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | |
| 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 | 一汁一飯 | 休職予防プログラム |
| | 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 | セルフエスティームCBT | 社交不安CBT | 認知再構成法 | 双極性障害の心理教育 | ヨリドコロ |
| | OW | OW | OW | OW | OW | | |
| | 27 | 28 | 29 | 30 | | | |
| 午前 | ストレスマネジメント | 就労SST | 昭和の日 | アサーションSST | | | |
| | OW | OW | | OW | | | |
| 午後 | 報告会 | 報告会 | | セルフエスティームCBT | | | |
| | OW | OW | | OW | | | |

5月予定：(月)不安CBT