

# 1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	お休み	お休み	お休み	問題解決技法	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
午後				OW	OW		
				社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	ヨリドコロ
				OW	OW		
	8	9	10	11	12	13	
午前	成人の日	就労SST	アサーションSST	問題解決技法	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
午後		OW	OW	OW	OW		
		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	薬について	うつCBT	ヨリドコロ
		OW	OW	OW	OW		
	15	16	17	18	19	20	
午前	ストレスマネジメント	就労SST	アサーションSST	問題解決技法	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
午後	OW	OW	OW	OW	OW		
	不眠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
	OW	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	問題解決技法	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
午後	OW	OW	OW	OW	OW		
	不眠CBT	復職準備ミーティング (MSC)	ヘルスプロモーション	報告会	報告会	うつCBT	ヨリドコロ
	OW	OW					
	29	30	31	<p>年末年始は12月28日～1月3日まで休みです。 8日成人の日は祝日でお休みです。</p> <p>今月の薬については、金曜12日に変更です。</p>			
午前	ストレスマネジメント	就労SST	アサーションSST				
午後	OW	OW	OW				
	不眠CBT	復職準備ミーティング (MSC)	セルフエスティームCBT				
	OW	OW	OW				

2月 (月)こだわり傾向CBT (土)うつ/土曜PG OW:自習