

7月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	
午前		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		
午後		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	うつCBT	
		OW	OW	OW	OW		
	7	8	9	10	11	12	
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	うつCBT	休職予防 プログラム
	OW	OW	OW	OW	OW		
	14	15	16	17	18	19	
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	うつCBT	
	OW	OW	OW	OW	OW		
	21	22	23	24	25	26	
午前	海の日（祝日）	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		
午後		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	うつCBT	スマイル卒業生 集う会
		OW	OW	OW	OW		
	28	29	30	31	21日（月）は祝日のためお休みです		
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～			
	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	報告会	報告会			
	OW	OW					

8月（月）不安CBT （土）双極性障害の心理教育 OW:自習