

6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		ストレスマネジメント	問題解決技法	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	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 (MSC)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	ストレス マネジメント
		OW	OW	OW	OW		
	7	8	9	10	11	12	
午前	社会生活リズム	ストレスマネジメント	問題解決技法	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後	不眠CBT	復職準備ミーティング (心理)	ヘルスプロモーション	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	ストレス マネジメント
		OW		OW	OW		
	14	15	16	17	18	19	
午前	社会生活リズム	ストレスマネジメント	問題解決技法	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後	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	薬について +(認知再構成法)	うつCBT	ストレス マネジメント
		OW	OW	OW			
	21	22	23	24	25	26	
午前	社会生活リズム	ストレスマネジメント	問題解決技法	就労SST	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
		OW	OW	OW	OW		
午後	不眠CBT	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	うつCBT	ストレス マネジメント
		OW	OW				
	28	29	30	6月から土曜の栄養相談は一旦休止いたします。			
午前	社会生活リズム	ストレスマネジメント	問題解決技法				
		OW	OW				
午後	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				

7月：(月)不眠CBT (土)うつCBT OW:自習