

11月 リワーク・ディケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
	■3日(月)、24日(月)は祝日のためお休みです。 ■4日(火)～7日(金)は「ディケア あきいろウィーク」開催に伴い、 午後OW時間の過ごし方が変則的になります。後日スタッフからご説明します。					1	
午前						一汁一飯	休職予防 プログラム
午後						うつCBT	
	3	4	5	6	7	8	
午前	文化の日	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		
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		
	10	11	12	13	14	15	
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	問題解決技法について	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		
	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	アンガーについて（心理）	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	素敵大人会
	OW	OW	OW	OW	OW		
	24	25	26	27	28	29	
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	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	報告会	報告会	うつCBT	
		OW	OW				

12月予定：(月)アンガーコントロールCBT