

2月 リワークデイケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
午前	—— 祝日休み —— 11日(木),23日(月)						
午後							
	2	3	4	5	6	7	
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	不眠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	ヨリドコロ
	OW	OW	OW	OW	OW		
	9	10	11	12	13	14	
午前	ストレスマネジメント	就労SST	建国記念日	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	不眠CBT	復職準備ミーティング		社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT	ヨリドコロ
	OW	OW		OW	OW		
	16	17	18	19	20	21	
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	不眠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	ヨリドコロ
	OW	OW	OW	OW	OW	素敵大会	
	23	24	25	26	27	28	
午前	天皇誕生日	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	報告会	報告会	うつCBT	ヨリドコロ
		OW	OW				

3月予定：(月)こだわり傾向CBT