

3月 リワークデイケアプログラム

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 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	こだわり傾向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	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	こだわり傾向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		
	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～	祝日イベント	一汁一飯	休職予防 プログラム
	OW	OW	OW	OW			
午後	こだわり傾向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		うつCBT	ヨリドコロ
	OW	OW	OW	OW			
	23	24	25	26	27	28	
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	こだわり傾向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		
	30	31	3/20(金)は祝日イベントを行います！ 詳細は追ってお知らせしますので、別紙をご参照ください。				
午前	ストレスマネジメント	就労SST					
	OW	OW					
午後	報告会	報告会					
	OW	OW					

4月予定：(月)アンガーコントロールCBT