

7月 リワークデイケアプログラム

	月	火	水	木	金	土	
			1	2	3	4	
午前	—— 祝日休み —— 20日(月)		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		
午後			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		
	6	7	8	9	10	11	
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		
	13	14	15	16	17	18	
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		
	20	21	22	23	24	25	
午前	振替休日		就労SST	アサーションSST	ここからリンク～医食同源～	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 ヨリドコロ
			OW	OW	OW	OW	素敵大人会
	27	28	29	30	31		
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		
	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	報告会	報告会		
	OW	OW	OW	OW	OW		

リンクスマンタルクリニック

8月予定：(月)午後 アンダーコントロールCBT / (土)午後 双極性障害の心理教育