

## 9月 リワーク・デイケアプログラム

	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 (心理)	セルフエスティームCBT	社交不安 CBT	アンガー コントロール	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		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	不安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	アンガー コントロール	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		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	薬について	Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
		OW	OW		OW		
午後	不安CBT	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	アンガー コントロール	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		OW	OW	OW	OW		
	21	22	23	24	25	26	
午前	敬老の日	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 ～茶話会～
		OW	OW	OW	OW		
午後		復職準備ミーティング (院長)	セルフエスティームCBT	報告会	報告会	うつCBT	セルフエスティーム CBT
		OW	OW				
	28	29	30	9月より火曜ストレスマネジメント、水曜問題解決技法に変更になります。 21日(敬老の日)はお休みで、 22日(秋分の日)のデイケアはあります。			
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	不安CBT	復職準備ミーティング (MSC)	セルフエスティームCBT				
		OW	OW				

9～11月土曜PMはうつCBTです    OW:オフィスワーク(自習)