

7月 就労準備科プログラム

	月	火	水	木	金	土		
	2	3	4	5	6	7		
午前	スポーツ	リワーク見学 アサーションSST	リワーク見学 Better Solution SST	リワーク見学 就労SST	リワーク見学 Better Solution SST	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後	不眠CBT OW	リワーク見学 セルフエスティーム CBT	リワーク見学 こだわり傾向	リワーク見学 社交不安CBT	7つのコラム GD	スポーツ	うつCBT	セルフエスティーム CBT
	9	10	11	12	13	14		
午前	スポーツ	リワーク見学 アサーションSST	薬について学ぶ	リワーク見学 就労SST	リワーク見学 Better Solution SST	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後	不眠CBT OW	リワーク見学 セルフエスティーム CBT	リワーク見学 こだわり傾向	リワーク見学 社交不安CBT	7つのコラム GD	スポーツ	うつCBT	セルフエスティーム CBT
	16	17	18	19	20	21		
午前	海の日	リワーク見学 アサーションSST	リワーク見学 Better Solution SST	リワーク見学 就労SST	リワーク見学 Better Solution SST	バーベキュー		
午後		リワーク見学 セルフエスティーム CBT	ヘルスプロモーション	リワーク見学 社交不安CBT	7つのコラム GD			
	23	24	25	26	27	28		
午前	スポーツ	リワーク見学 アサーションSST	リワーク見学 Better Solution SST	リワーク見学 就労SST	リワーク見学 Better Solution SST	ヨガ	アサーション SST	リワーク フォローアップ
午後	不眠CBT OW	リワーク見学 セルフエスティーム CBT	リワーク見学 こだわり傾向	リワーク報告会 見学	リワーク報告会 見学	スポーツ	うつCBT	セルフエスティーム CBT
	30	31						
午前	スポーツ	リワーク見学 アサーションSST	8/1	8/2	8/3	8/4		
午後	不眠CBT OW	リワーク見学 セルフエスティーム CBT						

OW：オフィスワーク

GD：グループディスカッション