

9月 リワーク・デイケアプログラム

	月	火	水	木	金	土		
					1	2		
午前	祝日のため 9/19(敬老の日)、9/23(秋分の日)はお休みです。					Better Solution SST	アサーション SST	休職予防 プログラム
						OW		
午後						認知再構成法	うつCBT	
						OW		
	4	5	6	7	8	9		
午前	ストレスマネジメント	就労SST	アサーションSST	問題解決技法	Better Solution SST	アサーション SST	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 (心理)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT		
	OW	OW	OW	OW				
	11	12	13	14	15	16		
午前	ストレスマネジメント	就労SST	アサーションSST	問題解決技法	Better Solution SST	アサーション SST	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 (心理)	セルフエスティームCBT	社交不安CBT	認知再構成法	うつCBT		
	OW	OW	OW	OW				
	18	19	20	21	22	23		
午前	祝日 (敬老の日)	就労SST	アサーションSST	問題解決技法	Better Solution SST	祝日 (秋分の日)		
		OW	OW	OW	OW			
午後		復職準備ミーティング (MSC)	ヘルスプロモーション	業について	認知再構成法			
		OW		OW				
	25	26	27	28	29	30		
午前	ストレスマネジメント	就労SST	アサーションSST	問題解決技法	Better Solution SST	アサーション SST	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 (MSC)	セルフエスティームCBT	報告会	報告会	うつCBT		
	OW	OW	OW					

10月予定：(月)こだわり傾向CBT (土)うつCBT OW:自習 (未定)スポーツイベント

9月 料理メニュー

月	火	水	木	金	土
				1	2
				ビビンバ丼 生姜スープ キウイ	
4	5	6	7	8	9
温かい梅豚うどん なすの煮びたし	ホットドック3種 (焼肉/他2種) もやしの牛だしスープ	タコライス 豆腐と搾菜のピリ辛スープ フルーツポンチ	ご飯 油揚げとニラの チャンプルー もずくスープ	ご飯 鶏竜田のネギソースかけ なめこのみそ汁 豆腐サラダ	
11	12	13	14	15	16
ご飯 鯖の野菜あんかけ 里芋のすまし汁	お楽しみメニュー	きのことベーコンの 和風パスタ トマトチーズスープ	揚げパン風トースト ソーセージ入コーンスープ フルーチェ	ご飯 豚の生姜焼き さつまいものみそ汁 シーザーサラダ	
18	19	20	21	22	23
敬老の日	冷やし中華(ごま) キャベツとかまぼこの 塩昆布和え	シナモントースト チリコンカン	雑穀米の野菜カレー きこのマリネ	ご飯 鶏の照り焼き チョレギサラダ	秋分の日
25	26	27	28	29	30
ポークストロガノフ 卵とブロッコリーのサラダ	韓国風三食丼 春雨スープ	お誕生日メニュー	ナッツ入冷やし 豆乳担々素麺 きゅうりとわかめの酢の物	トマトのピザトースト コンソメスープ	