

<6月 うつ病リワークプログラム(離職者コース/復職者コース)>

	月		火		水		木		金		土
	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	離職者コース	復職者コース	復職者コース
	29		30		31		1		2		3
AM	心理士プログラム 気功	/	レビューミーティング	個別面談	行動記録表 個別面談	/	セルフヘルプ グループ	/	OT プログラム	/	/
PM	自習 個別面談		◎ヨガ	/	スピーチ/紹介		/		オフィスワーク 自習		
	5		6		7		8		9		10
AM	心理士プログラム 気功	/	CBT (認知行動療法)	心理教育	◎行動記録表 個別面談	グループワーク	ディスカッション	グループワーク	OT プログラム	/	グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ヨガ	疾病教育	グループワーク	グループワーク	自習・個別面談	ボディスキャン	◎ボディケア		フリー
	12		13		14		15		16		17
AM	心理士プログラム ボディスキャン	/	CBT (認知行動療法)	心理教育	行動記録表 個別面談	グループワーク	報道相について	グループワーク	SST	/	グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ヨガ	疾病教育	キャリア カウンセリング	グループワーク	OT・自習	ボディスキャン	◎ボディケア		フリー
	19		20		21		22		23		24
AM	心理士プログラム 気功	/	CBT (認知行動療法)	心理教育	◎行動記録表 個別面談	/	トークエクササイズ	グループワーク	スピーチ・紹介	/	グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ヨガ	/	MCT (結論への飛躍・思い込み)		自習・個別面談	ボディスキャン	◎ボディメンテナンス①		フリー
	26		27		28		29		30		1
AM	心理士プログラム ボディスキャン	/	CBT (DMCT)	心理教育	/	/	レビューミーティング	個別面談	新聞製作	/	グループワーク
PM	自習 個別面談		◎ヨガ (内田先生)	/			法人創立記念日	自習・個別面談	ボディスキャン		◎ボディメンテナンス②

お知らせ

- ・◎印のプログラムは一般デイケアと合同で実施します。運動プログラムですので着替えをお持ちください。
- ・新聞製作のテーマは一週間前に提示します。各自ご確認ください。
- ・定期的な換気により、室内温度が変動します。調整しやすい服装でおいでください。