

2025年

1月

デイセラピー予定表

●参加予定のプログラムを○で囲って下さい

●診察日や産業医面談が決まっている方は、空白部分に記入してください

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3	4
AM				元日	お休み	お休み	フォローアップ
PM			セルフマネジメント				
ナイト							
	5	6	7	8	9	10	11
AM		キャリア支援 はじまりの月曜日	認知機能リハ ゆるリラ	CBGT（応用） B-リワーク	対人スキル B-レクリエーション	運動療法/オフィスワーク プチトレ	働く人の注意・集中P CBGT
PM		発達症のセルフナビ	アサーション	創作アート CBGT（基礎）②	セルフマネジメント	SST	フォローアップ
ナイト		復職準備プログラム	合唱部	自己課題/個別面談	ゆるリラナイト	自己課題/個別面談	
	12	13	14	15	16	17	18
AM		成人の日	認知機能リハ（内田クレバリン） ゆるリラ	CBGT（応用） B-リワーク	対人スキル B-レクリエーション	運動療法/オフィスワーク プチトレ	フォローアップ CBGT
PM			アサーション	創作アート CBGT（基礎）③	セルフマネジメント	SST	働くためのSST
ナイト			ゆるカフェ	ヨガセラピー	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	
	19	20	21	22	23	24	25
AM		キャリア支援 はじまりの月曜日	認知機能リハ（フルドン抹消検査） ゆるリラ	CBGT（応用） B-リワーク	対人スキル B-レクリエーション	運動療法/オフィスワーク プチトレ	大人のADHD対策P CBGT
PM		発達症のセルフナビ	アサーション	創作アート CBGT（基礎）④	セルフマネジメント	SST	フォローアップ
ナイト		復職準備プログラム	からだメンテナンス	こころの教室	自己課題/個別面談	ハンドクラフト	
	26	27	28	29	30	31	
AM		キャリア支援 はじまりの月曜日	認知機能リハ ゆるリラ	CBGT（応用） B-リワーク	対人スキル（CES-D） B-レクリエーション	運動療法/オフィスワーク プチトレ	
PM		発達症のセルフナビ	アサーション	創作アート CBGT（基礎）⑤	セルフマネジメント	SST	
ナイト		復職準備プログラム	卒業発表	茶話会	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	

1月のトピックス

- ナイトの各プログラム詳細は、デイセラピー4階の掲示板をご確認ください。体調に合わせてナイトプログラムの活用をしてください。
- 1/4（土）のCBGTはお休みです。
- 1/11（土）の働く人の注意・集中Pは、昭和大学 太田先生の特別講義になります。9：15～開始となります。
- 毎週土曜日にフォローアップを実施しています。復帰後1～2ヶ月はなるべく利用して、再燃・再発防止を心がけましょう。復帰間近の方も参加できます。
- 心理検査の実施について ※リワークの方は必ず参加してください。
 - 1/14（火）：認知機能リハ…内田クレバリン検査（作業特性検査）※AM～PMもしくはAM～ナイトの参加をお願いします
 - 1/21（火）：認知機能リハ…フルドン抹消検査（作業能力検査）
 - 1/30（木）：対人スキル …CES-D（抑うつ尺度の検査）
- 今月の平日（出席率に使用する月～金の最大日数）：19日

冬の寒さが一層厳しい頃となりました。お変わりありませんか。

新たな気持ちで今年もよろしくお願ひ申し上げます。幸多き一年になりますように★

参加目的

復職・転職・再就職・
他（ ）

氏名

ID番号