

2026 年

2 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	5	6	7
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②	対人スキル こころの教室	運動療法/オフィスワーク プチトレ	フォローアップ 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）①	セルフマネジメント	SST	茶話会
ナイト		自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	茶話会	
	8	9	10	11	12	13	14
AM		キャリア支援 はじまりの月曜日	認知機能リハ	建国記念の日	対人スキル こころの教室	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		セルフマネジメント	SST	フォローアップ
ナイト		セルフワーキング共有会	自己課題/個別面談		自己課題/個別面談	ハンドクラフト	
	15	16	17	18	19	20	21
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③	対人スキル こころの教室	運動療法/オフィスワーク プチトレ	フォローアップ 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	働く人のSST
ナイト		自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	ヨガセラピー	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	
	22	23	24	25	26	27	28
AM		天皇誕生日	認知機能リハ（ブルドン抹消検査） ゆるリラ	CBGT（応用） B-リワーク④	対人スキル（TEG） こころの教室	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	フォローアップ
ナイト			自己課題/個別面談	こころの教室	自己課題/個別面談	卒業発表	

2月のトピックス

- 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。復職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。
2/24（火）：認知機能リハ…ブルドン抹消検査（作業能力検査）
2/26（木）：対人スキル …TEG（交流分析による性格検査）
- 今月の平日は18日になります（出席率に使用する月～金の最大日数）。

寒い日が続きますが、少しずつ春の気配も感じられる季節です☺
体調管理を大切にしながら、今月も一歩ずつ取り組んでいきましょう☺

参加目的（○を付けてください。）
復職・転職・再就職・
その他（ ）

氏名

ID番号