

ご利用案内

対象者

- ◇ 「うつ」「抑うつ状態」「適応障害」などを抱える方（統合失調症は除く）
- ◇ 現在休職中で復職意志のある方
※求職中の方はご相談ください
- ◇ 最短3ヶ月通所可能な方
（最長9ヶ月利用可）
- ◇ 当院の利用規約に同意していただける方

プログラム

利用時間

週3日～OK 9:20～15:20

自分のペースで通えます プログラムは中面をご覧ください

利用料金

お問い合わせください

前年の収入によって利用料金の上限が異なります。
各種制度による補助がございます。

参考例)

健康保険3割負担の場合 2,400円程度/日
自立支援医療1割負担の場合 800円程度/日

ご利用の流れ

お問合せ 施設見学 入所手続き 各種検査 通所開始

※参加にあたって主治医の承諾（書類1通）が必要となります

アクセス

〒251-8530 神奈川県藤沢市小塚383



●電車でお越しの方

IR東海道線・小田急線・江ノ電「藤沢駅」下車、送迎バス5分

●路線バスでお越しの方

南口バス停8番線乗り場より、渡内中央循環、湘南鎌倉総合病院行「小塚地下道前」下車、徒歩3分

●お車でお越しの方

敷地内コインパーキング利用可能

＼ ホームページ ／



＼ Google Map ／



医療法人社団清心会
藤沢病院デイケア科

リワーク

TEL 0466-23-0909

平日8:45～17:00

特定医療法人社団清心会 藤沢病院

リワークプログラム



基本理念

当院リワークでは、ご本人自身が病気や症状に左右されずに充実した生活を送れるようになることを目指します。

そのために自己理解を深め、生活リズムの改善、病気の理解、ストレス対処法などの習得を行い、ご本人が主体的に再発予防に取り組めるよう支援します。

藤沢病院の3つの特徴



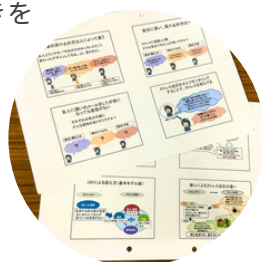
1.医療リワークとしての実績

当院は医療リワークの支援機関として、藤沢市保健所の委託により2013年からリワークプログラムをスタートしました。国家資格（公認心理師・作業療法士・看護師など）を10年以上持っており、かつ、継続的に認知行動療法の研修を受けている専門スタッフが個別で担当をしています。



2.効果的なリワークプログラム

認知行動療法に基づいたプログラムを複数用意しています。メンタル疾患以外にも食事や運動など回復に有効な学びを提供しています。またグループで様々なプログラムを行うことで自分自身への気づきを得られたり、他者から刺激を受けたりしながら、体調管理のスキルアップや復職準備性の向上を目指します。



3.成長を実感できるサポート体制

国家資格を有した専門スタッフが個別面談を実施することで、1人1人に合わせてフォローアップを行います。医師・薬剤師・管理栄養士など様々な専門性を持ったスタッフも参加することで再発予防に有効な食生活などの情報を提供しています。



施設紹介



ロビー



リワーク室



プログラム風景



中庭・運動プログラム例



プログラム紹介



午前	9:20	日常活動記録票記入
	9:30 ～ 12:00	午前プログラム コミトレ IMR(疾病管理とリカバリー) メタ認知 認知行動療法 体ほぐし心ほぐし (基本モデル、認知再構成、他)
		昼食
午後	13:00 ～ 15:00	午後プログラム 運動 1分間スピーチ 認知機能トレーニング 健康講話 個別活動・面談 アサーション
	15:10	1日の振り返り

※1日参加の場合、昼食は実費なしでご提供します。

利用者の声



リワーク修了後のアンケートより



40代 女性
1年間リワークに参加させていただきましたが、自分にとっては本当に大切な1年でした。この経験は今後の自分の人生に大きなプラスの影響を与えてくれると思います。



50代 男性
自分自身の認知バイアスに気づいたこと、それが言語化されて説明できる考え方であると知り、安心できました。またストレス対処の方法を探ることができたこと、それも含めてセルフレポートを書いたことは大きな自信になっています。



30代 男性
リワークプログラムすべてが役に立ちましたが、リワークルールである「人の意見を批判しない、責めない」という、自分が安心できる環境の中で、自分を見つめ直し、自分を知り、今までの生き方を振り返る時間を持てたことが非常に役に立ったと思います。

復職までの流れ



01. 初日（オリエンテーション）
02. 1.5ヶ月目（主治医への初回報告）
03. 3ヶ月目（主治医への現状報告）
 ※一定期間在籍することでプログラムの理解度が深まり、復職後の再発防止率が高まります。
04. 復職1ヶ月前（主治医・産業医への現状報告）
05. リワークプログラム修了（復職）
06. フォローアッププログラム（月1回/任意）