

# 藤沢病院 リワークプログラム

		月	火	水	木	金
午前	9:20～	体操・活動報告	活動報告	体操・活動報告	活動報告 マインドフルネス	体操・活動報告
	10:20～ 12:00	CBT	体ほぐし心ほぐし (末週) ウォーキング	IMR	メタ認知	(第1・3週) 認知再構成 (第2・4週) アサーション
午後	13:00～ 15:00	認知機能トレーニング	個別活動・FB	運動	個別活動・FB (末週) テーマトーク	(2・4週) 健康講座 (1・3週) 個別活動+FB
	15:10～ 15:20	1日の振り返り	1日の振り返り	1日の振り返り	1日の振り返り	1日の振り返り

【新入所者】初日オリエンテーション