藤沢病院　リワークプログラム

<table>
<tr><th></th><th></th><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th></tr>
<tr><td rowspan="2">午前</td><td>9:20～</td><td colspan="2">体ほぐし・活動報告</td><td>コミトレ
9:20～11:00</td><td>体ほぐし</td><td>体操</td><td>活動報告
マインドフルネス</td></tr>
<tr><td>10:00～
12:00</td><td rowspan="3">【新入所者】初日オリ</td><td>CBT</td><td>体ほぐし心ほぐし</td><td>IMR</td><td>認知再構成</td><td>メタ認知</td></tr>
<tr><td rowspan="2">午後</td><td>13:00～
15:00</td><td>認知機能トレーニング</td><td>個別活動・面談</td><td>運動</td><td>1分間スピーチ
個別活動</td><td>(月2回)健康講話
(月2回)アサーション</td></tr>
<tr><td>15:10～
15:20</td><td colspan="2">1日の振り返り</td><td>1日の振り返り</td><td>1日の振り返り</td><td>1日の振り返り</td><td>1日の振り返り</td></tr>
</table>

◆駐車券は受付に設置されている割引サービスを利用できます

◆予定の休みは予定休記入表にご記入下さい