

リワークプログラム を体験してみませんか

慶應義塾大学ストレス研究センター
株式会社ゼーレ <http://www.seele.co.jp>

こんな疑問をもっておられる方はいらっしゃいませんか

- ・ 復職しようと思って会社に連絡したら、「そのためには、リワークプログラムに参加することが必要」と言われた。でも、リワークプログラムってどんなものかよく分からないのですよね。
- ・ 休職中の社員が、職場復帰可能の診断書と一緒に、リワークプログラムの修了証書をもってきました。でも、リワークプログラムって実際どのくらい効果があるものなのでしょうか。

リワークプログラムを体験してみませんか

無料です！

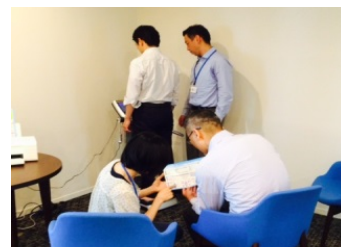
- ・ そんな疑問に答えるために、半日体験プログラムを作成いたしました。
- ・ リワークプログラムとは何なのか、その本質を3時間で体験いただくことができます。
- ・ この機会を是非ご活用ください。

第2回 リワークプログラム体験会

日 時： 2014年10月30日 10時～13時

実施場所： 慶應義塾大学ストレス研究センター

(信濃町煉瓦館4階)



体組成 Inbody 測定



エクササイズ療法

体験会のプログラム

- ・ 体組成測定、エクササイズ療法、栄養教室、認知機能訓練
- ・ 事例を通じた支援の説明、MOCK* & RHPの説明

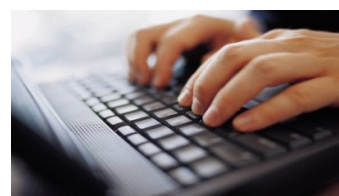
* : Modified Core KEAP

オリジナル・リワークプログラム (詳細は次頁)

プログラム： Return to Health Program (RHP)

実施場所： 慶應義塾大学ストレス研究センター (信濃町煉瓦館4階)

期間： 3ヶ月間の復職前リワークプログラム



認知機能訓練

参加希望・問い合わせは、角田 (つのだ) tsunoda@seele.co.jpまでご連絡ください

RHP (Return to Health Program) について

RHPの週間スケジュール

	月	火	水	木	金
9:45	始まりのミーティング				
10:00	認知行動療法	エクササイズ療法	エクササイズ療法	エクササイズ療法	エクササイズ療法
11:00		認知機能 トレーニング	認知機能 トレーニング	認知機能 トレーニング	認知機能 トレーニング
12:00	昼食・休憩				
13:00	自主学習・個別面談				
14:00	エクササイズ療法	システムズ・ アプローチ・ トレーニング	再発予防のための グループワーク	フリープログラム	疾病教育 と 1週間の振り返り
15:00	認知機能 トレーニング				
16:00	終わりのミーティング				

プログラムの概要・目的

エクササイズ療法	就業に耐える体力・活動性の向上を目指すためのプログラム
認知機能トレーニング	認知機能に焦点をあて、潜在的な能力を高めるためのプログラム
認知行動療法	バランスの取れたものの見方や行動ができるようになるためのプログラム
システムズ・アプローチ・トレーニング	個人に原因を帰するのではなく、システム思考で対処能力を向上させるためのプログラム
疾病教育	病気とのよりよいつきあい方を身につけるためのプログラム
再発予防のための個人面談	復帰支援担当者として、メンタルヘルス不調エピソードを振り返り、再発予防策づくりを行うためのプログラム
再発予防のためのグループワーク	再発予防を、他のメンバーと吟味し磨きをかけることでより適切な「働く姿勢」づくりを行うためのプログラム