

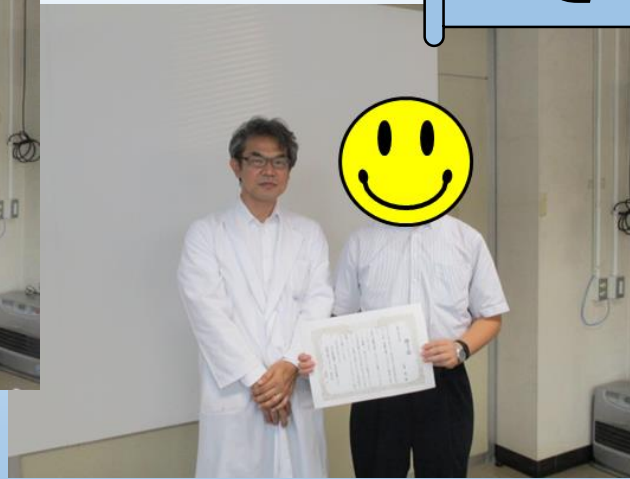
久里浜医療センターの復職支援プログラム（リワーク）の活動内容をお知らせするため、実際にプログラムに参加しているメンバーが活動の一環として作成しています。

## 秋到来

秋見つけた！

台風襲来

## Eさん卒業おめでとうございます!



密度の濃い半年間を過ごすことができました。リワーク参加を申し込む前、行くかどうかさんさん迷いました。そして、どうせ行くならできるだけ多くのものを吸収してやろうと考えました。それが達成できたことを誇りに思います。ありがとうございました。

## 新入生

Sさん: 分からない事はスタッフの方々や参加者の皆さんが丁寧に教えて下さるので安心していきます。復職目指して頑張ります。

Kさん: 分からない事はスタッフの方々や参加者の皆さんが親切に教えて下さるので安心して楽しく通わせて頂いております。はじめてのヨガを楽しみながら、体調を整えて仕事に復帰出来るように頑張ります。

Hさん: 復職に役立つ様々なプログラムが用意されていて、大変楽しみです。自分は、特にマイナス思考に陥ることが多いので、認知行動療法のプログラムに関心を持っています。また、ヨガや各種運動等を通じて、心の整えと体力向上を目指したいと思っています。皆様にサポートしていただきながら、早期の復職を目指します。

Tさん: スタッフの方々より非常に丁寧に説明をして頂き、楽しみながら活動が出来そうです。自宅から片道2時間のリワーク参加となりますが、職場への通勤時間とさほど変わり無く、会社通勤のつもりで生活リズムを整えていき、職場復帰を目指して行きたいと思っています。