

🌱 プレリワークのご案内 🌱

毎日通うのは自信がない…という方や、リハビリ勤務は短時間なのでリワークプログラムは必要がないと感じている方も、そのまま仕事へ復帰することに不安はありませんか？

プレリワークでは週2日からの参加で負担が少なく、自宅療養では機会が得られない集団活動への参加や同じような境遇の方と交流をすることができます。また、スタッフによる復職に向けた不安や困りごとの相談・サポートを受けることができ、安心して復職に向けた準備ができます。

対 象：休職中で復職を目指している方

実施日：月・木（週2日～）

時 間：9：00～12：00

期 間：最長4週間

料 金：約 450 円/日（自立支援医療適応の場合）

※詳しくは担当スタッフまでお問合せください ☎891-8830

◇プログラム内容◇

心理教育

- 睡眠、ストレスケアなど
- 活動の振り返り、面談

スポーツ

- ウォーキング
- ヨガ、卓球など

*再休職予防も含めた復職支援をご希望の方は、FROG への移行をおすすめします。

プレリワーク



〒004-0041

札幌市厚別区大谷地東5丁目7-10

医療法人重仁会 大谷地病院

FROG・プレリワーク

直通 TEL：011-891-8830