



令和7年度 第3回こころの健康セミナー

メンタル不調と向き合う

～経験者から学ぶ対処法～

藤沢病院リワーク修了者とスタッフ



「リワーク」とは、うつ病等で休職中の方を対象に行う、復職支援プログラムです。
今回、藤沢病院のリワークを修了した経験者から、メンタル疾患発症から現在に至るまでの体験についてお話しいたします。経験者の体験談やリワークスタッフとの座談会から、今後の生活についてのヒントを得てみませんか。

- 内容
1. 「リワークとは」 リワークスタッフによる説明
 2. 体調/リワーク/復職後の生活などについての座談会（動画上映）
 3. リワーク修了者の体験談
 4. 質疑応答

日時：令和7年8月30日（土）
午前10時～正午（受付開始 午前9時45分）

形式：オンライン研修（ZOOM使用）

対象：藤沢市在住・在勤・在学でうつ病、双極性障がい、その他のストレス関連障がいで療養中の方、家族、支援者、関心のある方

定員：50人

☆講座の参加申込方法☆

申込期間：7月22日から8月28日まで

藤沢市ホームページ電子申請からお申し込みください。
受付完了後、メールでご案内いたします。

お申し込みはこちら



【申込に関するお問い合わせ】 藤沢市保健所 保健予防課

電話 0466-50-3593 FAX 0466-28-2121

【講座に関するお問い合わせ】 藤沢病院 デイケア科

電話 0466-23-0909 FAX 0466-23-0909

