

## ●● 利用の流れ

### ① 電話連絡

リワークプログラムに興味がある方は、まずはお電話にてご相談ください。  
簡単なご説明と、施設見学の日程調整を致します。

### ② 施設見学

実際にプログラムの様子を見学していただきます。

### ③ インテーク面接

デイケア担当者との面接を行い、現在の状況等を詳しくお伺いします。

### ④ 受診

実際のご利用を希望される方は、一度当クリニックを受診していただく必要があります。  
すでに他の医療機関に通院されている方は、主治医とご相談のうえ紹介状のご用意を  
お願いいたします。(通院先は変更せずにご利用いただけます)

### ⑤ 受け入れカンファレンス

診察及びインテークでお聞きした情報をもとに、受け入れについての  
話し合いを行ない、利用の目的や期間、プログラム開始日等について  
決定します。

### ⑥ 本利用

利用開始です。復職に向けて、一緒に取り組んでいきましょう。



## なでしこメンタルクリニック リワークプログラムのご案内

社会福祉法人恩賜財団済生会支部

埼玉県済生会なでしこメンタルクリニック

〒365-0038

埼玉県鴻巣市本町1丁目1番3号エルミここのす(エルミ2)4階

TEL 048-598-6600

FAX 048-598-6632

## ●● リワークプログラムとは？

体調が整ってきたから、さあ仕事に復帰しよう！  
...でも、前と同じように仕事できるかな？  
...また調子を崩したらどうしよう？  
...職場の人たちは理解してくれるだろうか？

リワークとは、「**Return to Work**=再び仕事に戻る」という意味です。  
主に気分障害で休職中の方が、スムーズに職場に復帰し、再発のリスクをできる限りおさえながら職業生活が送れるよう、医師・看護師・臨床心理士  
精神保健福祉士がチームを組んでお手伝いをしていきます。

## ●● どんなプログラムがあるのですか？

- ・生活リズムを作る  
病気の回復には十分な休養が欠かせません。ですが、職場復帰のためには規則正しい生活を送れるようになる必要があります。決まった時間に起床しプログラムに通うことで、職業生活に合わせた生活リズムを作ります。
- ・自分について理解を深める  
自分の病気は何だろうか？自分にとってのストレスは何だろうか？  
様々なプログラムを通して、自分の考え方のクセや行動の特徴を知ることにより、「楽に生きる方法」のヒントを見つけることができます。
- ・職場で起こる問題にどう対処するか学ぶ  
「困った」「どうしよう」に上手に対応していくために、実践的なグループワークを通じて、自分に合った問題解決方法を学びます。



## ●● 一日の流れ

- 9:00～  
9:30 **セルフチェックとウォームアップ**  
心と体のチェックと、プログラムに参加しやすい状態を作ります。
- 9:30～  
11:30 **作業、講義、グループワークなど**  
既定のプログラムをおこないます。**15分間の休憩**があります。
- 11:30～  
12:00 **クロージングセッション**  
1日の振り返りと、翌日のプログラムの確認をします。

## ●● 費用について

各種保険が適用となります。  
自立支援医療制度をご利用の方は自己負担が1割に軽減されます。申請をご希望される方は受付までお申し付けください。

