

復職/就職へのステップ

STEP01 生活リズムを整える

週2日程度から開始し、少しずつ参加日数・時間を増やしていきます。継続して参加する事で、規則正しい生活リズムが身に付きます。最大週5日×8時間まで増やしていく中で、仕事に行くリズム/体力が整っていきます。

STEP02 復職/就職へのスキルアップ

模擬会社形式で3つの課に分けており、一人一人の課題にアプローチします。心理教育やアサーションSSTや認知行動療法のプログラムの中で再発予防のための自己分析も進めていきます。

STEP03 復職 就職

復職評価書の提出。主治医の意見書を持って職場面談へ進む。職場の復職協議会で決定すれば復職の運びとなります。職場面談は担当スタッフの同行も可能です。

病気をオープンにするかクローズにするかなど、個人によって就職活動の方法は異なります。必要に応じて外部機関とも連携し、仕事や職場を見つけていきます。

STEP04 定着支援(フォローアップ)

重要なのはワーキングデイケア卒業後です。復職/就職後に体調を維持しながら長く働き続けられるよう、体調確認や仕事の状況などの振り返りを行います。卒業生に向けた集団プログラムも不定期で実施。他の卒業生と悩みや学びを共有することができます。

利用開始まで

- STEP1 •まずは、見学の予約をお取りください。施設内の見学・説明を受けていただきます。
- STEP2 •利用を希望される場合は主治医に紹介状をご依頼ください。(他院主治医可)
- STEP3 •紹介状が出来ましたら、当院リワーク担当医の診察を受けていただきます。
- STEP4 •リワーク担当医との診察後、リワークスタッフと面談を行い、利用開始となります。

模擬業務



コミュニケーション+体力

模擬喫茶場面を通してコミュニケーション技能、体力向上、協働場面の練習に取り組んでいます。チームで動くので、業務上の対人場面練習になります。

事務スキル+持続性

デスクワークを主とし、パンフレットの作成や、必要書類の作成に取り組む事で、集中力・持続性・業務マネジメントのリハビリを行います。

ペースコントロール+集中力

小物類の制作、衣類の修繕、イベント道具の作成に取り組んでいます。個人のペースで作業に取り組むことで集中力を養い、無理のない参加が可能です。

実際の職場をイメージした「3つの課」に分かれて模擬業務に取り組みます。

課の中ではそれぞれの目標や課題、復職後の業務などを考慮して業務内容を決めたり、課のリーダーをお願いすることもあります。プログラムで学んだ知識をリワークの模擬職場で練習し、復職・就職後に活かす事を目指します。



模擬会社形式って?

～卒業後の働きを見据えた当院のリワーク支援～

参加者の方にとって、リワークをうまく終了することがゴールではありません。再発予防を意識しつつ、長く安定して働いていくことをゴールとします。当院の特色である模擬会社形式は、働く感覚を取り戻していくと同時に、その方の働く上での「クセ」「振る舞い」「やり方や考え方」が現れやすくなります。これは、座学の講義を受けるだけでは分かりにくいものです。また、「あえて」効率の良さ”は追及せず、『書く、読む、訊く、話す』などの行程を多く作り、自分で考えて動く力にアプローチします。認知力や集中力、コミュニケーションなどを実践的な業務場面を通して発揮することで、課題や工夫を考えやすくなり、リハビリ効果が高まります。医療の環境下で行いますので、回復状況に合わせた負荷量を調整していきます。

復職/就労準備プログラム

自己理解促進プログラム(SUP)

厚生労働省から推進され、昭和大学が作成した発達障害の支援プログラムに基づき実施しています。当院では「自己理解促進」を目的とし、疾患を発達障害に限らず、社会生活に役立つスキルやコミュニケーションについて学びたい方へ10回ワンクールで実施しています。

医師のメンタルヘルス(健康)講座

医師による講座を毎月2回実施。「不安との付き合い方」「怒りのマネジメント」「睡眠について」など。気軽に質問もできます。

CBT(認知行動療法)

考え方のクセを明らかにし、気分が楽になる別の考え方を検討、行動パターンを見直します。グループで行うことでお互いに体験などを話し合い、自身にも応用していけることを期待します。

第1回	導入
第2～4回	自己理解
第5～7回	思考の再検討
第8～9回	生活場面での実践
第10回	総括と再発予防



アサーションSST

「良い意味」での自己主張が必要となる場面が出てきます。仕事の量の調節や同僚に対しての上手な断り方を練習し、コミュニケーション能力の向上を目指します。

心理教育

自身の症状を改善・維持していく上で、自身の症状の特徴や「復職してからどのように仕事と生活のバランスをとればよいか？」など必要な情報を提供します。

1日の流れ

9:00～	受付
9:30～	朝のミーティング・体操 部門別業務
12:00～	昼食・昼休み
13:00～	自己学習
14:00～	部門別業務/プログラム 心理教育・アサーション SST 心身ケア等 ※プログラムは 15 時まで
16:00～	課内ミーティング
16:30～	部門別衛生業務
17:00	日報記入
17:10～	全体最終ミーティング
17:30～	夕食/自由時間

利用者様の層

職種
官公庁業(教員も含む)、IT関連業、サービス業、建設業、事務、製造業、医療や福祉など多岐にわたる

疾患
気分障害、神経症性障害、ストレス関連障害、発達障害、統合失調症、摂食障害など

年齢
20代～50代まで幅広い年齢層

男女比
おおよそ 7:3から6:4

住まい
大阪市が最多。府内はもちろん、兵庫、京都、奈良など近隣県の方も。

利用目的
おおよそ 復職:就職 8:2から7:3

リワーク風景



個別ワーキングスペースの設置あり！「まずは場所に慣れたい」「無理のない個別活動をしたい」という方向向けに個別スペースをご用意。刺激が少なく個性が高いスペースのため、安心して過ごしやすいです。