
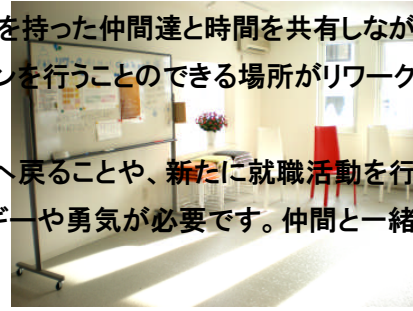


# 復職・就職を応援します!!

 **リワーク ヴィレッジとは...**  
 ストレス社会の現代、過労や精神疾患により、休職・退職を余儀なくされる方が増加しています。  
 復職や就職までの間は、焦りや不安、孤立感を感じることもしばしばあります。  
 そんな時、復職・就職前のステップ(心と体の準備期間)として、同じ目標を持った仲間達と時間を共有しながら、リハビリテーションを行うことのできる場所がリワークヴィレッジです。  
 一度離れた場所へ戻ることや、新たに就職活動を行うことには、エネルギーや勇気が必要です。仲間と一緒に挑戦しましょう!!



## 一日のスケジュール

- 9:15～ 自習・パソコン使用可能
- 10:00～ 開始・自己報告
- 10:30～ 休憩 10分
- 10:40～ 午前プログラム開始
- 12:00～ 昼食・昼休み
- 13:30～ 午後プログラム開始
- 15:00～ 振り返りとまとめ
- 15:30 終了



## 参加者の声

- ★ 自分の陥るパターンを発見でき、改善方法を知ることができた。
- ★ 前向きな気持ちになるヒントが得られた。
- ★ 同じ悩みを持つ人と交流でき、視野が広がった。
- ★ 復職までの期間を充実して過ごせた。

## 【回復プロセスと目的に合わせた2コース制】

**A【作業療法中心】コース**：新規参加者や、まだ体調が不安定といった方の場合。  
 その日の体調に合わせて活動量をコントロールできます。通所日数(1～4日)、作業内容を自分で選択していただきます。Aコースでは作業の達成度や質は問いません。なお、Bコースのプログラム参加はスタッフと相談後に可能となります(金曜日のスポーツを除く)。  
**目的**：①体調のモニタリング  
 ②“家以外の場で過ごす”ことに慣れる  
**移行条件**：本人がBコースへの移行に強い希望がある場合や、平均して週3日以上 of 安定的通所ができる場合には、スタッフ面談後にBコース移行となります。  
 ※参加できない日が続くようであれば、リワークの利用自体を検討。

**B【段階的負荷】コース**：復職が近づいた方、リワークの基礎プログラム実践の応用段階。  
 集団の流れやルールに乗って行動することは、負荷がかかることとなります。Bコース移行後も、体調や予定に応じてAコースプログラムを選択することも可能です。  
 ※但し作業療法コースを選択する日数が週3回以上になることが増えた場合には、Bコースの継続を再検討していきます。  
**目的**：①復職・就労へ向けた実践トレーニング ②発展的な再発予防教育



## 【各コースの週間スケジュール】

|    | 月        |          | 火        |          | 水    |          | 木    | 金             |          |
|----|----------|----------|----------|----------|------|----------|------|---------------|----------|
|    | A        | B        | A        | B        | A    | B        | A・B  | A             | B        |
| 午前 | 個人作業     | 心理教育(応用) | 個人作業     | 心理教育(応用) | 個人作業 | 心理教育(応用) | 自主活動 | 個人作業          | 集団認知行動療法 |
| 午後 | 心理教育(基礎) | 個人作業     | スポーツ(卓球) | ↓        | 個人作業 | ↓        | 自己研修 | スポーツ(アクションブラ) |          |

切り取り線

## リワーク質問票 ②

- 加入保険の種類  
 社保・共済・国保・生保
- 自立支援医療制度利用 有・無
- 最終学歴  
 中学・高校・高専・専門学校  
 短大・大学・大学院  
 ( 中退 ・ 卒業 )
- 家族関係 (○で囲んで下さい)  
 父  
 母  
 妻・夫  
 子 ( 人 )
- 現在の生活状況  
 単身生活  
 家族と同居(妻・夫・子・親・その他)
- プログラムの中で、自分自身の課題にしたいこと。(複数選択可)
  - ・ 生活リズムの改善
  - ・ 注意力、集中力の改善
  - ・ 体力の回復
  - ・ 気分のコントロール
  - ・ 考え方の幅を広げる
  - ・ 対人コミュニケーション
  - ・ 自信強化
  - ・ その他

ご記入ありがとうございました。

リワーク質問票 ①

スタッフとの面談前に必要事項をご記入の上、お持ち下さい。

●氏名 \_\_\_\_\_ 殿

●生年月日 昭和 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

●住所 \_\_\_\_\_

●連絡先 TEL: \_\_\_\_\_

●主治医 \_\_\_\_\_ Dr. \_\_\_\_\_  
診察日 曜日 ( \_\_\_\_\_ 週に \_\_\_\_\_ 回)

●当院通院歴  
約 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ ヶ月

●入院歴 無・有 \_\_\_\_\_ 回

●現在の職業 無・有 \_\_\_\_\_  
有りの場合  
(差し支えない範囲でご記入下さい。)

職 種: \_\_\_\_\_

役 職: 無 ・ 有 \_\_\_\_\_

主な業務内容

●職場に産業医が いる ・ いない

●休職・離職期間  
H \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 ~ 現在

●復職・就職予定  
未定 or H \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 頃

～活動場所～

当院リワークセンター(昼食は院内へ移動)



あ

1階  
ミーティングルーム  
(2階もあります)



あ

専用オフィス

※ 当院内は完全禁煙となっております。

※ 内履き(スリッパ等)での外出は転倒の危険がありますのでお止め下さい。

病院までのアクセス

中央バスご利用の場合

中央バス篠路9条4丁目停留所より徒歩3分。  
以下のいずれかの路線をご利用ください。  
麻32・麻33(麻生～篠路10条4丁目)  
34・35・36(札幌ターミナル～篠路10条4丁目)  
22(札幌ターミナル～あいの里4の1)

当院送迎バスご利用の場合



地下鉄麻生駅5番出口付近～栄町経由～当院間で送迎バスを運行しております。ご希望の方は以下の便をご利用ください。

【行き 9:15】

麻生駅5番出口発～栄町駅2番出口付近～当院着

【帰り 16:00】

当院発～栄町駅2番出口付近～麻生駅4番出口着

医療法人社団  
**五稜会病院**  
〒002-8029  
札幌市北区篠路9条6丁目2番3号  
TEL: 011-771-5660  
FAX: 011-771-5687  
E-mail: [GMC@goryokai.com](mailto:GMC@goryokai.com)  
ホームページ:  
<http://www.goryokai.com>

平成24年1月改訂版

どうすればデイケアに参加できますか?

【デイケア参加までの流れ】

外来の方

- ① 復職支援に興味をもたれた旨を、主治医にご相談ください。
- ② パンフレット付随のリワーク質問票にご記入下さい。
- ③ 担当者がプログラムのご説明をします。
- ④ 主治医の指示のもとで見学体験(午前プログラムのみ)をして頂きます。  
※ 定員が一杯の場合は申し訳ありませんが、待機期間を頂く場合があります。

入院中の方

退院後の通所をお考えの方は、入院中に見学が可能です。  
主治医にご相談ください。

【ご利用料金について】

自立支援医療制度が適用されます(以下は料金の目安です)。

| 通所期間 | 自立支援利用(1割) | 通常(3割) |
|------|------------|--------|
| 1年未満 | 820円       | 2460円  |
| 1年以上 | 770円       | 2310円  |

申請方法等については  
精神保健福祉士: 松田・吉村までご相談下さい。

【担当スタッフ】

- |              |       |
|--------------|-------|
| 臨床心理士        | 清水陽平  |
| 精神保健福祉士      | 松田慎子  |
| 精神保健福祉士      | 吉村美香  |
| スポーツインストラクター | 吉村好実  |
| 精神看護専門看護師    | 八木こずえ |