



仕事を再開するためには、朝夕の通勤に加え、ある程度の負荷がかかる業務量をこなせることが求められます。それらの期待に応えられるためにも休職中の心身管理が重要となります。

当院のリワークは、医師、公認心理師、作業療法士がチーム体制で復職をサポートします。

## プログラムの目的・特徴

### [目的]

- 復職準備性の向上
- 再発予防の取り組み
- 病状の安定、もしくは良い状態の維持

### [特徴]

- ① 豊富なプログラムのラインナップ
- ② 自分のペースでスタート可能
- ③ 個別担当者によるサポート体制



### <お問い合わせ先>

大宮厚生病院

〒337-0024 埼玉県さいたま市見沼区片柳1

048-683-1861

月～金 9:00～16:30

第1・第3・第5土曜日 9:00～16:30

◆大宮駅(東口) 国際興業バス7番乗り場より乗車

上山バス停下車 徒歩3分

◆上山バス停に停車するバス系統

<さいたま東営業所> <浦和学院> <浦和美園> 等

地図: <http://www.ohmiyakousei.com/access.html>

### ご利用条件

- ・現在、病気休暇または休職中である方
- ・現在は仕事をしていないが、復帰したいという意欲がある方
- ・参加に関して、主治医の了解を得ている方
- ・ある程度の体力の回復がみとめられ、通所が可能と判断できる方
- ・疾患名によっては対応出来かねる場合があります

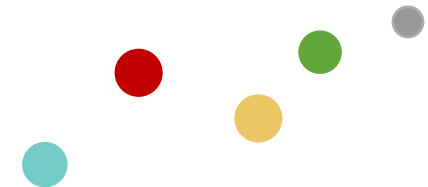
### 費用

各種保険取り扱いとなります。自立支援医療制度もご利用可能です。

ご利用条件や費用について、  
詳しくは電話でお問い合わせください

Re WORK  
復職支援のプログラム  
Rework Day Care Program

大宮厚生病院



## [プログラム]

復職準備性を向上させて、復職後の再発予防に向けた取り組みを行います。

### ■ 週間プログラムの 1 例

	月	火	水	木	金
1~3W	作業療法	導入期	学習・訓練期 ①	学習・訓練期 ②	復職準備期
4~6W	作業療法	学習・訓練期 ①	学習・訓練期 ②	復職準備期	導入期
7~9W	作業療法	学習・訓練期 ②	復職準備期	導入期	学習・訓練期 ①
10~12W	作業療法	復職準備期	導入期	学習・訓練期 ①	学習・訓練期 ②

### 特徴① 豊富なプログラムのラインナップ

プログラムは週 5 日(月・火・水・木・金)・9 時~12 時の通所型で実施しています。  
症状の改善や復職後の再発予防を目的とした認知行動療法、仕事の感覚を取り戻すための作業療法、コミュニケーションスキルを磨くための社会的スキル訓練、体験や情報の共有を目的としたグループワーク、健康管理、ヨガなどの有酸素運動などで構成しています。

\*「認知行動療法」は、現実の受け取り方やもの見方（認知）に働きかけたり、問題解決に向けた対処を行ったりすることで、こころのストレスを軽減していく治療法です。

### 特徴② 自分のペースでスタート可能

1 週間の中で月曜日以外では、「導入期」「学習・訓練期」「復職準備期」といったテーマでプログラムが配置され、様々な状態の方に対応できるよう網羅されています。各曜日の担当者が独自のプログラムを設定しているので、同じテーマであっても、多角的に体験することが可能です。

「導入期」：生活習慣を整え、体力や気力の回復を目指します。負荷：低

「学習・訓練期①・②」：仕事に戻った時を意識した、実践的なスキルの向上やストレス対処、円滑なコミュニケーション、集団内での協調性を身につけることを目指します。負荷：中～高

「復職準備期」：復職後の再発予防に取り組みます。負荷：中～高

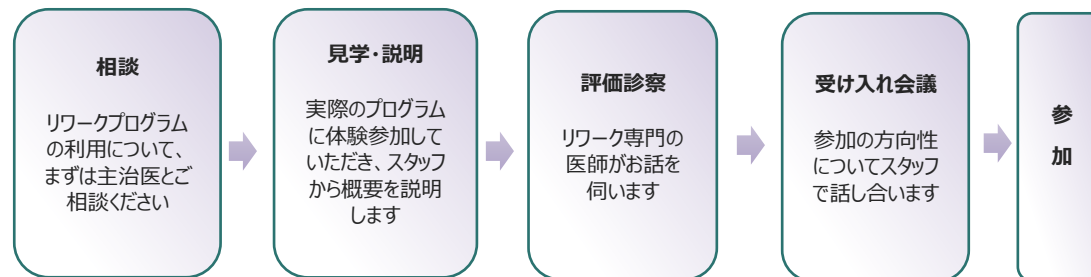
### 特徴③ 個別担当者によるサポート体制

正式参加になりますと、一人一人に対応窓口となる個別担当スタッフがつきます。

原則として月に 1 回程度面接し、利用に際しての不安や心配事、

必要に応じて主治医との連携、今後の支援についてサポートしていきます

### ● 参加までの流れ



### ● 利用期間

正式に参加になってから、開始日より最大 **6 カ月**になります。

