

こんなお困りごとはありませんか？

復職することに
抵抗がある

リワークって
何するの？

休職と復職を
繰り返している



リワークプログラムとは



うつ病などのこころの病気で、休職にいたった方対象とした復職復帰(Return to work)のためのプログラムです。復職だけでなく、職場復帰後の再発・再休職を予防することも目的としています。プログラムや面談を通して自分の病気に対する理解を深め、セルフケアの方法を身に付けます。



アクセス



医療法人養和会 養和病院

地域連携室

〒683-0841 鳥取県米子市上後藤3-5-1

TEL:0859-29-5311

<http://www.yowakai.com>

※日曜日、1月1日はお休みです。



..... 2030グループビジョン

地域と共に歩み、多様性を活かしてまちを元気に
(スマート養和会の実現)



日本医療機能評価機構
認定病院

発行 令和6年3月



医療法人養和会 養和病院

リワークプログラム

Rework program



地域に密着した
医療・介護・福祉サービスを

養和会グループ



リワークプログラム利用について

【対象者】

- 1 うつ病や鬱状態、適応障害などの方
- 2 病気療養中で休職中であり、復職の意思がある方
- 3 精神科や心療内科等に通院中の方
(他院通院中の方も可。ただし主治医の許可が必要です)
- 4 病状が安定しており、睡眠リズムが整っている方

開所日

月・火・水・木・金曜 午前中(9時～12時)
※ 土・日曜・祝日・年末年始は休所

利用期間

おおむね3ヶ月

利用定員

5名

利用料金

自立支援医療利用の場合
(1割) = 350～370円/回

自立支援医療を利用しない場合
(3割) = 1050～1110円/回



リワークプログラム利用の流れ



リワークプログラムの内容

心理教育

病気や薬に対する理解を深めたり、睡眠や食事などの生活習慣を見直します。

心理教育

生活習慣
セルフケア

認知行動療法

物事の捉え方やの傾向を知り自己理解を深め、柔軟な思考や行動を学びます。

行動活性化

ストレス
マネジメント

うつ病のための
メタ認知トレーニング

ACT(アクセプタンス&
コミットメントセラピー)

対人コミュニケーション

対人交流の傾向を知り、新たなコミュニケーション方法を身に付けます。

SST(ソーシャルス
キルトレーニング)

グループワーク

運動・作業療法

体力づくりのための軽スポーツや、集中力を高める創作活動を行います。

軽スポーツリラク
ゼーション

創作活動

個別活動

段階に応じた個別活動を行います。(読書、文書作成、ホームワーク、個人面談など)