

リワークデイケア 参加条件

- ・診断名がうつ病またはうつ状態（抑うつ状態を主症状とした適応障害を含む）である
- ・現在休職中であり、復職の意思をもっていること
- ・医療機関に通院中であること（他院でも可）
- ・病状が安定しており、集団行動がとれること

お問い合わせから参加までの流れ

リワークプログラムへの参加をご希望の方や企業様は、下記電話番号へお問い合わせください。

プログラムを見学していただくとともに、精神保健福祉士から現在の状況についてお話を伺います。

3回の体験入所を通して実際のプログラムへご参加ください。

リワーク担当医の診察を経て入所となります。

リワークデイケアに関するお問い合わせは



医療法人弘徳会 愛光病院 相談室直通

046-221-1748 ・ 046-221-1762

受付時間：午前9時30分～午後4時（日・祝休）

病院案内



医療法人弘徳会

愛光病院

神奈川県厚木市松枝2丁目7番1号

TEL 046-221-1737（代）



www.aikou-hospital.or.jp



※お車でも来院できます

気分障害の入院治療ができる病院

リワークプログラムに参加することが認知機能の回復不全や生活リズムの問題により困難になっている方には、気分障害圏の方が利用できる静養病棟（個室調整可能）での入院治療も行っております。専属の精神保健福祉士が入退院を担当し、退院後にはリワークプログラムへスムーズに移行できます。



もう一度、 未来へ。

愛光病院リワークデイケア



愛光病院

1人1人の状態に合わせたプログラムで 着実な復職を目指します。

うつ病の回復期は、実はとても治療が難しい時期です。心のエネルギーが回復してくると、「これまでの遅れを取り戻さないといけない」と考えて焦ったり、まだ不十分な状態で復職への不安を募らせたりしがちです。しかし、焦りや不安を持ち続けていては、せっかくのエネルギーが消耗してしまいます。1人では難しいことも多い復職へのステップを、多くの仲間やスタッフとともに、ゆっくりと、着実に進んでいきましょう。

プログラムの進め方

START

まずは通うことを目的に、**週1日～3日を半日程度の参加**から始めましょう。活動を取り入れながら、生活リズムを整え、基礎体力を向上させて行きます。

適したプログラム

作業療法(陶芸・レザークラフト)
スポーツ

STEP2

リワークに慣れてきたらプログラムを増やし、**週3日～5日を半日(または1日)**を目指します。集中力を回復するプログラムを取り入れ、またグループワークを通して他者とのやりとりに慣れていきましょう。

適したプログラム

ビジネスワーク
グループワーク

STEP3

状態が安定してきたら、**週5日間1日通して全てのプログラムへの参加**を目指します。落ち込みやすい考え方やコミュニケーションパターンに着いて理解を深めていながら、復職後の対応策も考えていきましょう。

適したプログラム

疾病教育、認知行動療法、復職

GOAL

復職

フォローアップグループ

リワークプログラムを終了された方を対象に、毎月1回の定期的なフォローアップグループを開催しております。復職後の日々の仕事の中で上手くいっていること、困っていること、不安に思っていること等を話合います。1人で悩み抱え込むのではなく、リワーク修了者の仲間と共有をすることで自分自身を振り返り、再発を予防していきます。

作業療法(陶芸・レザークラフト)

陶芸では、お皿や茶碗などを、完成品をイメージしながら作製します。レザークラフトでは、財布や小物入れ、ブックカバーなどの作品を製図段階から作成します。集中力や計画性、想像力の回復を目指します。



復職レポートセミナー

復職レポートや資格勉強、読書等、それぞれの回復状況に合った課題に取り組みます。集中できるのがどれくらいの時間なのか、どのような休憩が効率的なのか、セルフモニタ・セルフケアに留意し、復職後の作業の進め方をイメージしていきます。



ビジネスワーク

文章要約では、新聞・雑誌記事の要約、自主課題等を通して集中力や思考力の回復を目指します。グループ課題では、協力して課題に取り組むことにより、自分の意見や考えを上手く相手に伝える方法を学んでいきます。またグループリーダーを担当することにより、リーダーシップを高めます。



機能回復から 復職準備までの 多彩なプログラム構成

認知行動療法

心身の不調や休職のきっかけや原因と思われる出来事について、認知行動療法の枠組みを用いてグループ内で話し合い、他者からの多様な視点を得ることを通して自己理解を深めていきます。



疾病教育

うつ病についての知識を学ぶと共に、疾患が『基礎体力』『対人関係』『認知機能』それぞれにどのように影響を及ぼしているのかをグループで話し合い、理解を深めることで、再発防止に向けての具体的な工夫を身につけます。



週間プログラム時間割 ※実際と異なる場合があります

	月	火	水	木	金
午前	革細工	認知行動療法	陶芸	復職レポート セミナー	文章要約 (ビジネスワーク)
午後	スポーツ	ビジネスワーク (グループ課題)	グループワーク	疾病教育	プロジェクト

当院の特長①

少人数で行う丁寧なプログラム

個々の着実な復職を目指すため、**当院のリワークでは1プログラムへの参加人数を15人定員としています**。リワークに参加された方は、ほぼ毎日同じ仲間と顔を合わせるようになります。その中で参加者同士の関係は密になり、互いをよく知ることとなります。それによって参加者同士が励ましあい、競い合い、チェックし合うような成熟した関係性が築かれ、仲間との関係を通して参加者は学びを深めます。

当院の特長②

多職種によるチームでの支援体制

スタッフはチームであなたを支えます。リワークに関わるスタッフは**6職種**。医師、看護師、精神保健福祉士、公認心理師、作業療法士、管理栄養士が、診察・プログラム・企業との連携などであなたを支援します。**多彩な職種がいるからこそ、偏ることなく様々な視点を伝える**ことができ、またあなたが困る**多様な状況に対応**することができます(睡眠外来にて無呼吸症候群の改善にも取り組みます)。

当院の特長③

企業ご担当者様との密な連携

復職は、うつ病の治療のみでは実現しません。利用者の同意を得たうえで、出席率や活動状況等をまとめた評価表を作成することや、企業ご担当者様と直接コンタクトを取らせていただき情報共有をさせていただくことが可能です。利用者の状態を把握していただき、よりスムーズな復職のため支援していきます。

当院の特長④

他院通院中でも主治医と連携

他の医療機関に通院中の方でも、主治医を変更せずにご参加いただけます。その場合は、出席率や活動状況等をまとめた**評価表を適宜主治医宛に作成します**。診察室だけでは把握できない、リワーク活動の中での体調や活動性、対人交流面等を情報提供させていただくことにより、復職判断等の材料の1つとしてご活用いただけます。