



徳島シーガルクリニック リワークデイケア

あなたの職場復帰を応援します

「リワーク」とは、ある程度まで回復した休職中のメンタルヘルス不調者を対象に、復職に向けたウォーミングアップを行うことをいいます。いきなり職場へ戻って働きはじめるのではなく、オフィスに似た環境で実施されるさまざまな復職支援プログラムを通じて再発リスクを軽減。療養生活から本格的な職場復帰へ、無理なくスムーズに移行するのがねらいです。



対象者 お仕事を休職されている方で、以下の条件を満たす方となっております。

- 現在休職中で復職の意思のある方
- うつ病など気分障害の診断を受けている方
- 主治医からリワークプログラムへの参加許可が下りている方
- 当院院長から利用許可を受けた方

参加期間 数週間から数か月単位でプログラムに参加しますが、通常は3~6か月ほどです。

状態 病状がある程度安定し安全に通所できる方、基本的には休職中の参加となります。

事業所名 徳島シーガルクリニック リワークデイケア

所在地 〒770-0832 徳島県徳島市寺島本町東1丁目30番1

TEL番号 088-652-6811

[ホームページ](#)

[徳島シーガルクリニック リワーク](#)

[検索](#)

[ホームページ
QRコード](#)



- 医師、作業療法士、公認心理師、精神保健福祉士、看護師に加え様々な領域の外部講師がプログラムを担当します。
- リワーク利用中の転院をお勧めしています。詳細はお問い合わせください。
- 必要に応じて、復職後のフォローも行います。

1週間の時間割とタイムスケジュール

時間\活動	月	火	水	木	金	土
9:00	来所			休 診	来所	
9:30	ミーティング・体操・散歩				ミーティング・体操・散歩	
10:00 午前のプログラム	個別プログラム	個別プログラム	個別プログラム		個別プログラム	個別プログラム
11:30	振り返り				振り返り	
12:00~13:00	休憩				休憩	
13:00 午後のプログラム	認知行動療法 /アサーション	教育プログラム	運動プログラム		産業保健プログラム /SST /グループワーク	セルフケア
14:30~15:00	休憩・午後の振り返り・ミーティング				休憩・午後の振り返り・ミーティング	

プログラムについて

個別プログラム

個人の課題に応じたデスクワークを行い、仕事に必要な能力の回復を図ります。
また、休職要因の分析を行うことで再休職防止につなげます。

認知行動療法／アサーション

自分の考え方や物の捉え方、行動の癖を知り
また、上手なコミュニケーション方法を学ぶ
ことでうつ病の再発防止を図ります。

教育プログラム

疾病、薬、制度利用、栄養、WRAPなどを講義
形式で学びます。

産業保健プログラム／SST／グループワーク

産業保健プログラム

ストレスに関する概論(要因・対処)、職場
復帰の注意点等について学びます。

SST(ソーシャルスキルトレーニング)

話し合いやロールプレイを通して職場・対
人場面で困った際の対応などを学びます。

グループワーク

グループで協力し資料作成・発表を行いま
す。

運動プログラム

身体機能の向上、集団での協調を目的にス
ポーツに取り組みます。

利用の際にかかる費用について

利用料金は各種保険および自立支援医療制度が適用となります。
利用する時間などにより、利用料金が異なる場合があります。

医療費

3割負担

一日利用／**2,460円**

半日利用／**1,260円**

医療費

1割負担

一日利用／**820円**

半日利用／**420円**

お問い合わせ先

リワークデイケアについて詳しい情報をお聞きになりたい方は、下記連絡先までお問い合わせください。

徳島シーガルクリニック リワークデイケア

TEL:088-652-6811 (9:00~17:00 木・日・祝休み)

※電話が繋がらない場合は、徳島シーガルクリニック外来 TEL:088-652-6837 へご連絡お願いいたします。