

リワークプログラムのご案内

～休職された方が復職を目指し、
再発・再休職を予防するためのプログラムです～

デイケア・リワークプログラムとは

デイケアの利用を通じて、生活リズムを整え、体力や集中力など認知機能の回復を図ります。プログラムには、病気の治療に使われる集団認知行動療法やメタ認知トレーニング、病気の理解を深めストレス対処法を身につける講座、対人関係を改善する訓練、認知機能トレーニングやエクササイズなども取り入れています。



プログラム例

◆ 集団認知行動療法・メタ認知トレーニング (考え方教室) (MCT)

考え方や捉え方のクセを見直し、バランスを整えましょう。思い込みを減らし、自分にとってストレスの少ない考え方を身につけましょう。

◆ 認知機能トレーニング・ジョブトレ

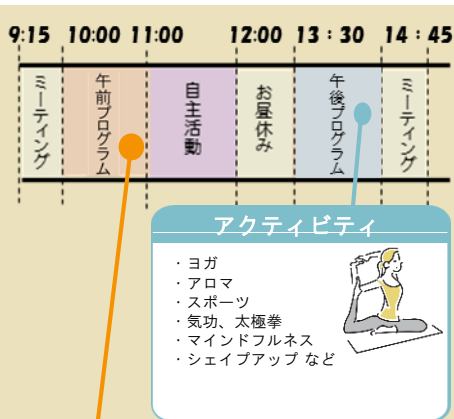
集中力や記憶力のトレーニングを行い、生活で生じる様々な活動のしづらさを解決したり、グループワークを通して自分の特徴を整理しましょう。



◆ リワークプログラムの目標

復職において大切なことは、職場に復帰することだけでなく、自身の体調をしっかりとケアし、再発・再休職を予防していくことです。当院ではそのために役立つプログラムを用意しております。

1日の流れ (9:00～15:00 土日休み)



心理社会治療プログラム

共通プログラム

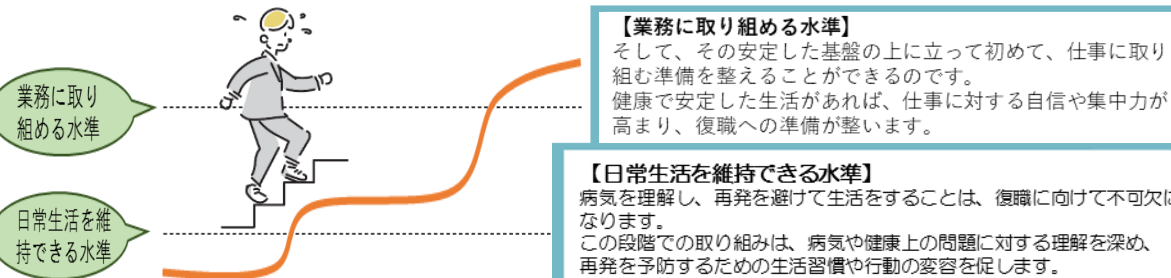
- ・疾患教育
- ・認知機能トレーニング
- ・エクササイズ
- ・メタ認知トレーニング

課題別プログラム

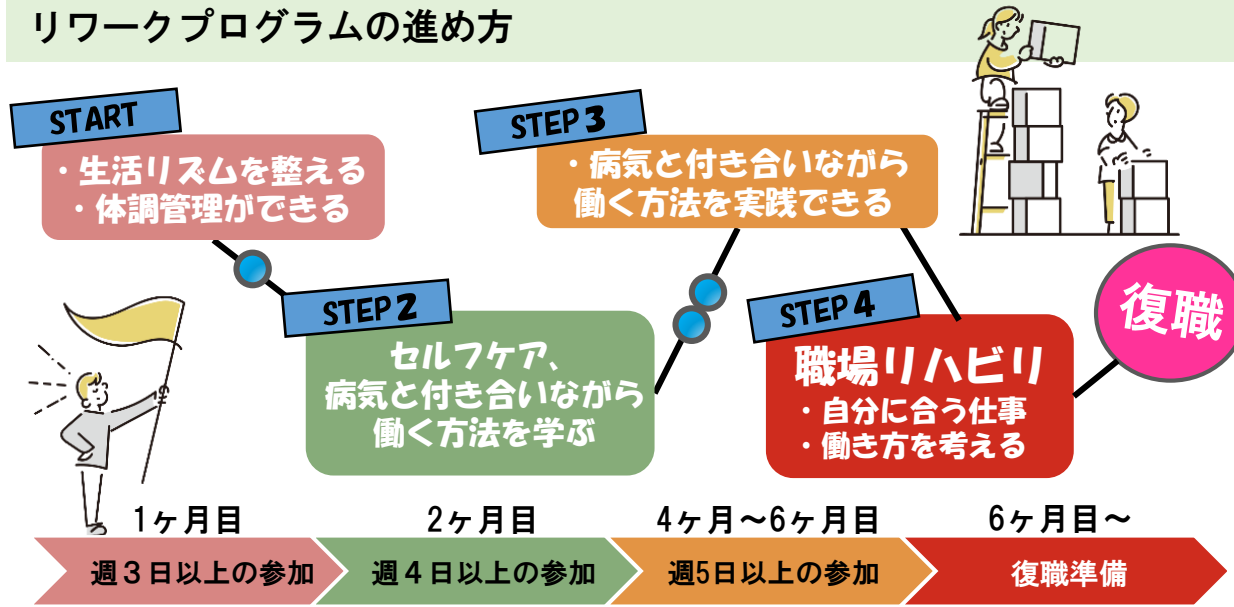
- ・SST
- ・アンガーマネジメント
- ・ネットゲーム
- ・集団認知行動療法
- ・ジョブトレ
- ・個別課題 (パソコンワークなど)



リワークに対する考え方



リワークプログラムの進め方



※この期間についてはあくまでも目安となりますので、個別に相談をしながら目標とペースを計画していきます※

当院の特徴①

◆多職種による専門プログラム◆
看護師、作業療法士、精神保健福祉士、公認心理師をはじめとした、多職種により専門プログラムを実施しています。
月に一度のケース会議にて、主治医に情報共有しております。

当院の特徴②

◆ご家族向けの講義(月1回)◆
当院デイケアを利用されている方のご家族を対象に、毎月、病気や薬、福祉サービス等に関する講義や家族懇談会を実施しております。さまざまな心配や不安を和らげてご家族がご本人への関わりを安心して行っていけるようサポートしています。

平均的な利用期間◆

各プログラムは、1クール10回前後で用意されており、1周受講し終わるためにはおよそ3ヶ月ほどの期間が予定されています。
病状などの個人差、休職期間などが関係してくるため、一概には言えませんが、3ヶ月～6ヶ月が平均的な利用期間です。

※プログラムに繰り返し参加していただくことは可能ですが、原則、本復職されましたらデイケアは終了となります※

参加したい時は？



利用には主治医の指示が必要になります。

主治医にご相談ください。

その上で、ご希望の方には見学も受けつけております。

他院通院中の方も利用できますが、利用開始にあたっては
当院医師の診察が必要となりますので、
一度受診をしてご相談いただきますようお願いいたします。

費用は？

デイケア(1日参加)

3割負担	2,480円
自立支援	830円
重度医療	0円

ショートケア(半日参加)

3割負担	1,280円
自立支援	430円
重度医療	0円

※デイケア利用開始から1年未満の場合(再導入の人は医療費がことなることがあります)

※デイケア利用の方は、希望者には昼食を提供しています。
ショートケアをご利用の方は各自でご用意いただいています。

自分の歩幅で。



山梨県立北病院 デイケア
リワークプログラム