

## リワークプログラムに参加できる方

当院外来あるいは、リワークプログラムのない医院・クリニックに通院中で、うつ病などの気分障害、あるいは適応障害と診断されている方が対象となります。

また、6か月以内に復職や再就職を考えている方です。

## 他院への通院を継続したまま リワークプログラムをご利用できます

## 実施日・活動時間・場所

### ●毎週月曜日～金曜日

デイケア1日 午前9:30～午後 4:00  
午前ショート 午前9:30～午後12:30  
午後ショート 午後1:00～午後 4:00

### ●デイケアセンター内（主に3階療養室） （プログラム内容によって病院併設体育館も使用します）

### ●1日利用の場合は昼食の提供があります。

## 料金のご案内

リワークプログラムは保険診療です。

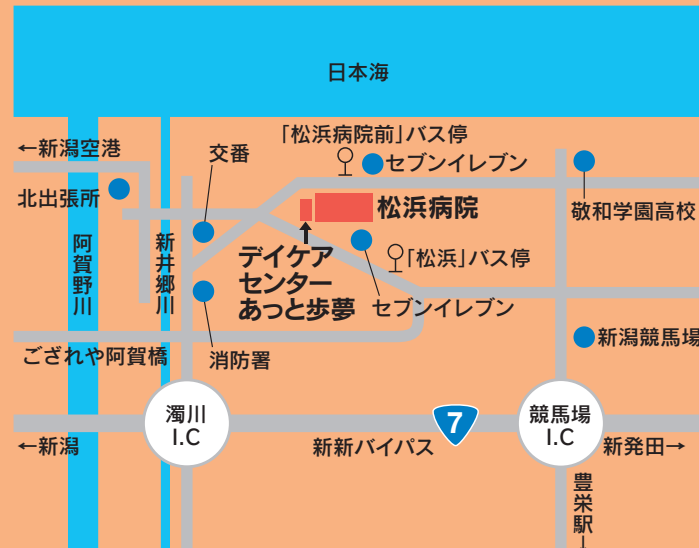
自己負担額は

3割負担の方…2,470円程度(ショート1,270円)

1割負担の方…820円程度(ショート420円)

※自立支援医療の申請をすると医療費の自己負担は1割となります

## アクセス



### 車

国道7号線(新新バイパス)濁川ICから5分 競馬場ICから10分

### 路線バス

新潟駅発 新潟医療福祉大学ゆき(E25)・太郎代浜ゆき(E26)  
「松浜病院前」下車すぐ

医療法人 青松会

## 松浜病院 デイケアセンターあっと歩夢

〒950-3121 新潟市北区松浜町3396番地  
TEL・FAX 025-258-8012(直通)

# リワークプログラム のご案内

医療法人 青松会  
松浜病院デイケアセンター  
ホーム  
あっと歩夢



# このように思っている方は いませんか？

- 休職しているが、復職に自信が持てない…
- 再就職をしたいが迷っている…
- いざ職場に戻るとなると不安を感じる…
- 復職する前に、コンディションを整えたい…
- 復職後の再発を予防したい… など



うつ病などで休職されている方を対象とした復職と再休職予防のリハビリテーションプログラムです。

復職をすることが最終目的ではなく、復職後に仕事や対人的なストレスを受けても再発しないための方法も身につけていきます。

また、体力、作業能力、集中力の回復や病気の理解、セルフケアの力を身につけていきます。

さらに、客観的評価として、『職業準備性』を確認していきます。

## 主なプログラム内容



### 心理教育プログラム

病気の理解を深め、つきあい方を学びます



### グループワーク

ストレスの対処法や自己表現方法を話し合います



### 運動やリラクゼーション

卓球、ストレッチ、ウォーキングなどを行います



### 個人ワーク

読書、パソコン作業、創作などを行います

これらのプログラムを組み合わせで行います

その他、毎日の行動記録を記入し、生活リズムや気分状態を自己評価してもらいます。また、定期的に個人面接を行い、プログラムの進め方や生活の仕方、目標設定などを話し合いながら進めていきます。

ご希望の方は、職場の担当者とスタッフとの面談も可能です。



グループワーク



松浜病院体育館にて



合同コラージュ

## 利用までの流れ

①利用希望者は、主治医とまずご相談ください

②デイケアにご連絡をいただき、見学・面接の予約をしていただきます

③面接時(基本的にはご本人のみ)には現在の状況、復帰の目途等の聞き取りをします

④利用開始となります(必要書類をご用意いただきます)