

「仕事に戻りたい」の ハードルになっているのは どんなことですか？



- ☐ 体力
- ☐ 気分の安定
- ☐ 生活リズム
- ☐ コミュニケーション力
- ☐ 作業能力
- ☐ 集中力
- ☐ 注意力
- ☐ 持続力
- ☐ 病気の理解
- ☐ 自分に対する自信

メンタルヘルスの不調で現在休職し、
今後職場に復帰したい方が対象です

集中力や
持続力を
取り戻したい

職場に戻る前に
働く準備練習を
したい

復職後にまた
病気にならない
ようにしたい

生活リズムを
以前のように
整えたい

実現するために踏み出す第一歩

お電話でお問い合わせ

tel 011-716-1600 (直通)

ご都合のよい日時をお電話でご予約できます。
他院に通院中の方は主治医の許可を得てからお電話ください。

面談

これまでのこと、
将来のこと、
聞かせてください。

見学

どんなところで
何をしているのか
見てください。

体験

プログラムの
内容をご自身で
確かめてください。



医療法人社団 健心会

桑園病院のリワーク

自分らしく
働く準備を
医療がサポート

他院に
通院中でも
ご利用
できます



医療法人社団 健心会
桑園病院 精神科デイケア

〒060-0012
札幌市中央区北12条西15丁目1-30
<https://www.soen-hosp.com/>



桑園病院 精神科デイケア・リワーク

tel 011-716-1600 (直通)

〒060-0012 札幌市中央区北12条西15丁目1-30

職場に戻るのがなんだかこわい…。
何かが足りていない気がする…。
その理由を探ってみて、
苦手なことがわかれば、
準備すべきことも見えてきます。
ひとつひとつのハードルを
ゆっくりクリアしていきましょう。
わたしたちがサポートします。

桑園病院の リワーク

●利用可能時間
月曜～金曜 9:30～17:00
第1土曜 9:30～12:30
(その他の土曜、日曜・祝日はお休み)

●利用料金
加入の健康保険によって異なります。

経済的な負担が心配な方へ

医療費を減らしたり、支給を受けることを一緒に考えましょう。
ご相談ください。

- 自立支援医療制度
窓口での負担が1割。月の負担総額は設定された上限額まで。
- 健康保険の傷病手当
- 失業保険の失業手当
- 障害年金

健やかに働き続けるためのプログラムです

お一人おひとりの目的や回復のプロセスに応じて
プログラムを組み立てます。
復職後もサポートを続け、自分らしく健やかに
働き続けられるよう支えます。



●Bさんの場合(40代/うつ病)
「休職して入院。退院後の復職に
不安がありました」

入院中のカウンセリングから、リワークの利用へ。
集中力・判断力の低下や復職時の不安などをプログラムで解消。
「意見をもらえる仲間がいてよかったです」と話します。

●利用プログラム例

- ・集中力・判断力の向上に…**NEAR(認知機能リハ)**
- ・行動力の回復に…**WRAP(元気回復行動プラン)**
- ・復職後の安定に…**個別カウンセリング、薬の会**

リワークOBOGグループ 薬の会

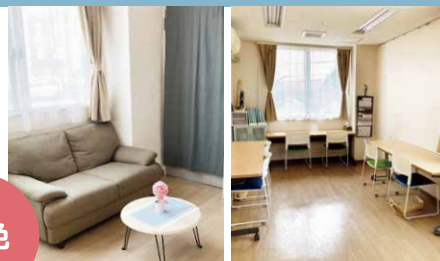
例会:毎月第1土曜
9:30～12:30

当院リワーク卒業生のアフ
ターフォローの会です。



桑園病院の リワーク

特色



医療としての復職支援

- 多様な専門職のチーム医療
- 外来診療とのスムーズな連携
- 外部の専門家による認知機能リハビリテーションの実施
- 管理栄養士による昼食提供など身体状態の回復も重視

その人に合った個別対応

- 充実の個別カウンセリング
- 元の職場と積極連携
- 症状によってはオンラインでも対応(保険外)



●Aさんの場合(20代/うつ病)
「仕事に行こうとすると、
動悸や震えが止まらないんです」

外来での診察と心理検査でADHDの診断が出ました。
プログラムでADHDの理解と対処法を学び、自分の強みを自覚。
「好きなことを仕事にできるようにしたいです」と話します。

●利用プログラム例

- ・行動の活性化に…**医師の認知行動療法、姿勢改善**
- ・自信の回復に…**修了プレゼンテーション**



●Cさんの場合(40代/うつ病)
「仕事に行きたいんですが、
どうしてもからだが動かないんです」

復職を目前に外来を受診し、リワークの利用へ。
栄養不足の改善に昼食を習慣付け、得意な事務作業で自信を回復。
「自分らしく働くことへの自信ができました」と話します。

●利用プログラム例

- ・体力の回復に…**昼食、ヨガ、姿勢改善**
- ・自己表現や意見の主張に…**心理教室、コーチング**