

こんな困りごとはありませんか？

休復職を繰り返している

休職中の家族への
関わり方がわからない

リワークって何をするの？

復職後に必要なケアは？

リワークプログラムとは

うつ病などのこころの病気で休職に至った方を対象とした、職場復帰(return to work)のためのプログラムです。復職だけでなく、**職場復帰後の再発・再休職を予防**することも目的としており、プログラムを通して自分の病気に対する理解を深め、セルフケアの方法を身につけます。リワークプログラムのうち、医療機関で行うものを**医療リワーク**といいます。

リワーク利用案内

- ・参加対象
精神疾患により仕事を休職された方。
- ・自院のリワークの特徴
当院ではうつ病リワーク協会認定スタッフを含めた専門スタッフがその方にあったリワークプログラムをご提案させていただきます。また復帰後のアフターフォローも充実しています。

- ・費用
(自立支援制度の案内)
収入により支払いの金額が違います。詳しくは担当のPSWがご案内させていただきます。

- ・活動実績
2017年から始まりすでに10名以上方が卒業され仕事復帰されています。

・eile(エイル)とは
エイルとはフランス語で『翼』という意味があります。三和中央病院リワークデイケアでは、病気で休職に至った方が復職準備性を獲得し、復職してからも元気に仕事を継続していくためのスキルを高めていきます。プログラム卒業時の皆さんが羽ばたいていくイメージとエールという音から復職後も応援していくという意味合いも兼ねています。

- ・問い合わせ先
☎ 095-898-7511
三和中央病院デイケアリワーク担当まで

当院は日本うつ病リワーク協会の施設会員です

医療リワーク のご案内



メンタル不調で
休職されている

患者さま、ご家族の皆さまへ

三和中央病院
リワーク デイケア
eile(エイル)



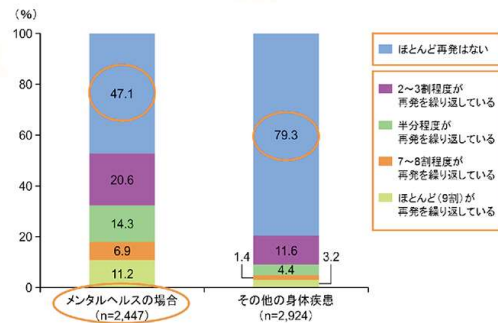
一般社団法人
日本うつ病リワーク協会
Japanese Association of Rework for Depression



Copyright © Japanese Association of Rework for Depression. All rights reserved.

メンタル疾患では再休職が多い

メンタル疾患は再発が多い



2013年 労働政策研究・研修機構「メンタルヘルス、私生活などの適応と職業生活の適応に関する調査」を公表

うつ病の再発率は、初発50～60%、
2回目70%、3回目90%であり、
再発を繰り返すほど上がることがわかっている。

うつが治りにくい場合の背景

- 症状が軽いものの、ストレスに反応して症状が再燃しやすい。
- 双極性障害や自閉症スペクトラム障害、パーソナリティの課題が背景にある。
- 服薬のみで完治に至りにくい。精神疾患は個性が高く、**個別に応じた対処が必要。**

メンタル疾患を抱える社員の復職には、病気・自己理解をすすめ、正しい再発予防をすることが重要

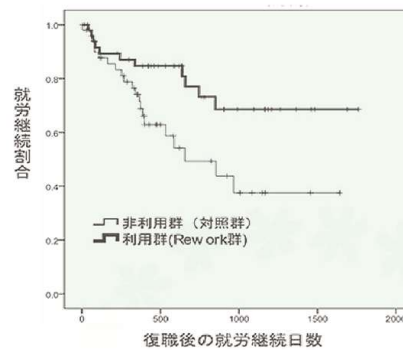
再休職予防としての医療リワーク

医療リワークの特徴

- 対象はうつ病などの気分障害
- **精神科医が常に関与し**、
医学的リハビリテーションが実施される
- **心理療法や心理教育**を通して、
自己理解・再発予防を考えられる
- 復職時に医療スタッフより、治療経過や本人の特性、
復職後のポイントなどの**情報提供が可能**
- 復職後も**フォローアッププログラム**で再発が予防できる

医療リワークの効果

復職後の就労継続状況の比較



※復職後の就労継続に関する効果研究 平成24年度厚生科学研究より

- リワークプログラム利用者は、
非利用者と比較して**就労継続状況が有意に良好**
- リワークプログラム非利用群の
再休職リスクは、利用者の2.388倍

医療リワークの利用プロセス

1. 休職開始

休養と薬物療法で症状の改善に専念する。

2. リハビリ期

症状が徐々に改善し、生活リズムの回復に取り組む時期。
主治医や本人と相談しながら、
医療リワークの利用の開始を検討する。

3. 医療リワークの利用

リワーク利用開始～復職までの期間は**6ヶ月～9ヶ月**。

プログラムの例

月	火	水	木	金	土
朝のミーティング					
10:00	ストレス マネジメント	ストレッチ/運動	オフィスワーク	アサーション	オフィスワーク
12:00	(昼食・休憩)				
13:00	オフィスワーク	ディベート	集団認知行動療法	心理教育	ミーティング
15:00	一日の振り返り				

※各医療機関によって内容は異なります。

4. 職場復帰準備

主治医などの医療スタッフ、産業医、上司・人事等と
連携の上、調整を図る。

5. 復職後

フォローアッププログラムに通い、
再発予防の取り組みを継続する。