

卒業生の声

学ぶだけではなく行動に移せる
ワーキングデイクア“ドリーム”

リワークにきちんと通えるか不安な気持ちがいっぱい
いで通所をスタートしました。毎日15時までのリ
ワークを1週間ほど経験していくと、徐々に緊張もほ
ぐれ、通所が楽しく感じられるようになりました。
人間にとって目的を持って生活することがとても重
要であると実感させてくれたように思います。

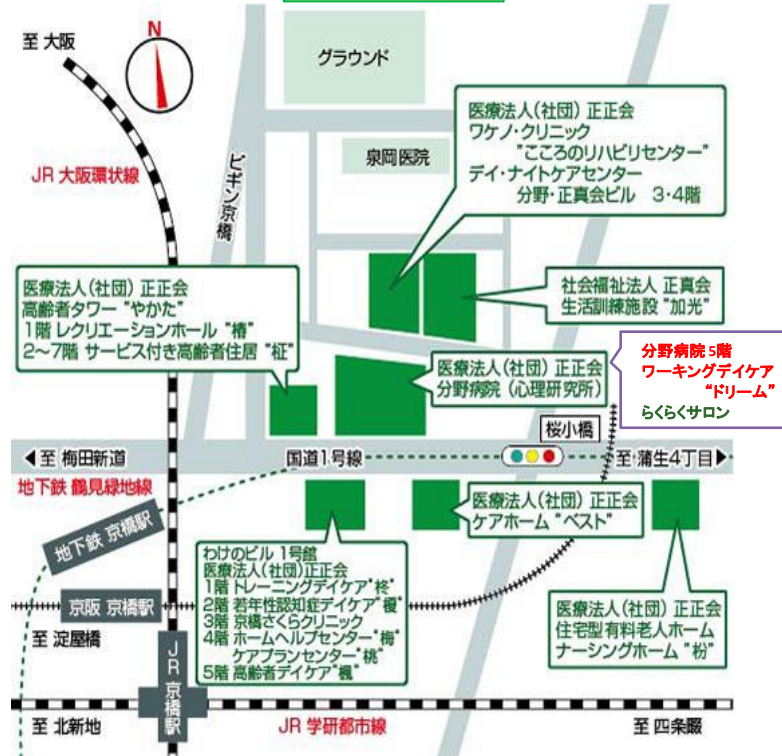
ストレス対処が課題の私でしたが、ドリームの特徴
である疑似職場でストレスと付き合いながら働く練
習ができ、徐々に自分を受け入れ、気持ちをコント
ロールしやすくなり、ドリームを選択して良かった
と思えました。

ドリームは職場の人間関係を凝縮したような形態
で、自分も他者も思いやりながら、復職した際に避
けられない人間関係に慣れるための環境を提供して
くれました。最適な環境の中で復職準備を進めるこ
とができたと思います。また、昼食の無料サービス
があり、栄養面の管理もできたので、食事も精神面
に大きく影響することを実感できました。

今後はドリームで経験したこと、学んだことを意
識しながら、復職後も自分自身を受け入れ、ストレ
スとも上手に向き合って一歩ずつ前に進んでいこう
と思います。今まで、何事も計算しながら感情を抑
えていた私を、少し開放できるまで変化させてくれ
たワーキングケア「ドリーム」の皆様、本当にあり
がとうございました。



アクセス



〒534-0024 大阪市都島区東野田町5-3-33 分野病院5階
ワーキングデイクア「ドリーム」

見学予約はワケノ・クリニック リワーク担当まで。

☎06-6357-0007

リワークへの質問や確認は06-6940-0444まで。
企業様、支援者の方の見学も随時受け付けています。
お気軽にご連絡下さい。

メールでのご予約も可能です。
詳しくはホームページへ。

リワークスタッフブログはこちら。
最新情報を更新しています。



復職支援(リワーク)/就労・再就職支援 ワーキングデイクア“ドリーム”



医療リワークで
長く安定して働くための
再発予防対策を

医療法人(社団) 正正会
分野病院

ワーキングデイクアの特徴

POINT1 最大週5日8時間、フルタイムを想

始めは少ない日数、短い時間から。
体調に応じて無理なく増やしていきます。

POINT2 実践的な模擬会社形式

職場を長期間はなれている方も、働く勘を取り
戻しやすい、ブランクを埋めやすいです。
リワーク場面では失敗も保証します！

POINT3 医療リワークで再発予防対策を

プログラムや面談で自己理解促進。デイク
アに在中の医師に困りごと相談できます。

利用料金

利用形態	社保・国保利用(3割)	自立支援医療(1割)
ショートケア (半日)	¥1,270	¥420
デイクア 9時～15時	¥2,470	¥820
デイナイトケア 9時～19時	¥3,490	¥1,160

昼食は無料サービス、夕食は200円で提供できます。(希望制)

自立支援医療制度とは？

継続的な通院が必要であると医師が判断した場合、自己
負担額が軽減される制度です。社会保険の方は、**3割か
ら1割負担**となり、世帯所得に応じて月々の上限額が設
定されます。詳細は各市町村窓口、または当院受付にて
お尋ね下さい。
※国民健康保険の方は負担額が発生しない助成制度あり
(居住地による。対象外の場合は1割負担)

よくある質問

Q1:医療リワークでどんなことが期待できますか？

A. どのリワークにおいても、そこに通うことで生活リズムや体力の回復には一定の期待が見込まれま
す。医療リワークではそれに加えて「**再発予防**」、「**ご自身を大切にしながら長く安定して働いていく**」こ
とを重視し、病気と付き合いながらも自分らしい社会生活を送るための治療的なリハビリを行っていま
す。当院では模擬業務練習や心理的プログラム、自己分析課題を通して、「**対人場面の練習**」「**回復状
態の確認**」「**どんな認知的・行動的パターンがあるのか**」「**悪循環を繰り返さないためにどう考え行動す
るのか**」など、実践的な環境のもとで一緒に確認し、治療・支援を行っていきます。
全員に同じマニュアル支援を行うのではなく、医師・看護師・精神保健福祉士・作業療法士・臨床心理
士など多職種の医療スタッフと利用者様がチームを組み、**利用者さま一人一人のリワークでの取り組
み方、道筋を決めていきます。**
卒業後も、安定した社会生活を続けるために定着支援(面談や認知行動療法など)が利用できます。

Q2:ある程度回復していないと利用できないのですか？

A. 当院リワークでは、リワーク担当医からの指示をベースに、一人一人に合わせて負荷のかけ方を調整し
ます。日数や時間も最初は短いものから少しずつ増やしていくので、無理なく取り組むことが出来ます。
主治医の許可が出ていること、服薬管理ができていること、デイクアのルールが守れる程度には安定して
いることなどが参加の要件となります。まだ精神症状が強い場合や睡眠が全くとれていないなどの場合は、
まずは自宅や入院での療養・治療が必要となります。

Q3:復職を急いでいる、復職期限があまりないのですが利用できますか？

A. 本来、復職支援のリハビリ期間は3ヶ月以上を想定しています。ただし、現在の状況や体調などを聞き取り
後、利用が出来る場合がありますので、見学時にご相談下さい。(短期間のリズム作りのみで良いなど)
他院の方でも紹介状の取得が早ければ、当院の初診やリワーク開始にはそれほど時間を要しません。

復職/就職へのステップ

STEP01 生活リズムを整える

週2日程度から開始し、少しずつ参加日数・時間を増やしていきます。継続して参加する事で、規則正しい生活リズムが身に付きます。
最大週5日×8時間まで増やしていく中で、仕事に行くリズム/体力が整っていきます。

STEP02 復職/就職へのスキルアップ

模擬会社形式で3つの課に分けており、一人一人の課題にアプローチします。
心理教育やアサーションSSTや認知行動療法のプログラムの中で再発予防のための自己分析も進めていきます。

STEP03 復職 就職

復職評価表の提出。主治医の意見書を持って職場面談へ進む。職場の復職協議会で決定すれば復職の運びとなります。
職場面談は担当スタッフの同行も可能です。

病気をオープンにするかクローズにするかなど、個人によって就職活動の方法は異なります。
必要に応じて外部機関とも連携し、仕事や職場を見つけていきます。

STEP04 定着支援(フォローアップ)

重要なのはワーキングデイケア卒業後です。復職/就職後に体調を維持しながら長く働き続けられるよう、体調確認や仕事の状況などの振り返りを行います。
卒業生に向けた集団プログラムも不定期で実施。他の卒業者と悩みや学びを共有することができます。

利用開始まで

- STEP1 •まずは、見学の予約をお取りください。施設内の見学・説明を受けていただきます。
- STEP2 •利用を希望される場合は主治医に紹介状をご依頼ください。(他院主治医可)
- STEP3 •紹介状が出来ましたら、当院リワーク担当医の診察を受けていただきます。
- STEP4 •リワーク担当医との診察後、リワークスタッフと面談を行い、利用開始となります。

模擬業務



復職/就労準備プログラム

自己理解促進プログラム(SUP)

厚生労働省から推進され、昭和大学が作成した発達障害の支援プログラムに基づき実施しています。
当院では「自己理解促進」を目的とし、疾患を発達障害に限らず、社会生活に役立つスキルやコミュニケーションについて学びたい方へ10回ワンクールで実施しています。

医師のメンタルヘルス(健康)講座

医師による講座を毎月2回実施。「不安との付き合い方」「怒りのマネジメント」「睡眠について」など。気軽に質問もできます。

1日の流れ

9:00~	受付
9:30~	朝のミーティング・体操 部門別業務
12:00~	昼食・昼休み
13:00~	自己学習
14:00~	部門別業務/プログラム 心理教育・アサーション SST 心身ケア等 ※プログラムは15時まで
16:00~	課内ミーティング
16:30~	部門別衛生業務
17:00	日報記入
17:10~	全体最終ミーティング
17:30~	夕食/自由時間

利用者様の層

- 職種**
官公庁業(教員も含む)、IT関連業、サービス業、建設業、事務、製造業、医療や福祉など多岐にわたる
- 疾患**
気分障害、神経症性障害、ストレス関連障害、発達障害、統合失調症、摂食障害など
- 年齢**
20代~50代まで幅広い年齢層
- 男女比**
おおよそ7:3から6:4
- 住まい**
大阪市が最多。府内はもちろん、兵庫、京都、奈良など近隣県の方も。
- 利用目的**
おおよそ復職・就職8:2から7:3

実際の職場をイメージした「3つの課」に分かれて模擬業務に取り組みます。
課の中ではそれぞれの目標や課題、復職後の業務などを考慮して業務内容を決めたり、課のリーダーをお願いすることもあります。
プログラムで学んだ知識をリワークの模擬職場で練習し、復職・就職後に活かす事を目指します。



模擬会社形式って?
~卒業後の働きを見据えた当院のリワーク支援~
参加者の方にとって、リワークをうまく終了することがゴールではありません。再発予防を意識しつつ、長く安定して働いていくことをゴールとします。
当院の特色である模擬会社形式は、働く感覚を取り戻していくと同時に、その方の働く上での“クセ”“振る舞い”“やり方や考え方”が現れやすくなります。これは、座学の講義を受けるだけでは分かりにくいものです。また、あえて“効率の良さ”は追及せず、『書く、読む、訊く、話す』などの行程を多く作り、自分で考えて動く力にアプローチします。認知力や集中力、コミュニケーションなどを実践的な業務場面を通して発揮することで、課題や工夫を考えやすくなり、リハビリ効果が高まります。
医療の環境下で行いますので、回復状況に合わせた負荷量を調整していきます。

アサーションSST

「良い意味」での自己主張が必要となる場面が出てきます。仕事の量の調節や同僚に対しての上手な断り方を練習し、コミュニケーション能力の向上を目指します。

心理教育

自身の症状を改善・維持していく上で、自身の症状の特徴や「復職してからどのように仕事と生活のバランスをとればよいか?」など必要な情報を提供します。



リワーク風景

個別ワーキングスペースの設置あり!
「まずは場所に慣れたい」「無理のない個別活動をしたい」という方向けに個別スペースをご用意。刺激が少なく個性が高いスペースのため、安心して過ごしやすいです。