



費用

- 当プログラムは、精神科デイケアとして、各種健康保険の適用になります。
- 自立支援医療制度をご利用になれますので、ご相談下さい。
- 別途、ご負担いただく費用については、その都度説明させていただきます。
- くわしくは、医療福祉相談室にご相談下さい。

保険分類	ショート・ケア	デイ・ケア
保険適用（3割負担） * 早期加算含む(新規利用開始後、退院後1年間)	1, 210円 * 1, 270円	2, 320円 * 2, 470円
自立支援医療(1割負担) 月額上限額まで * 早期加算含む(新規利用開始後、退院後1年間)	400円 * 420円	770円 * 820円

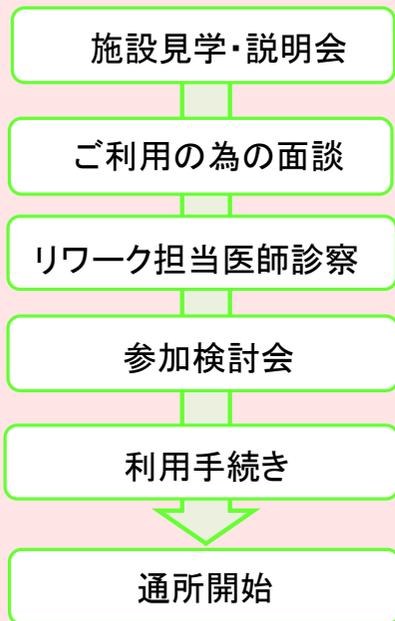


その他

- 服装については、活動にふさわしい身軽なもので結構です。
- 個人用ロッカーをご用意いたしますが、貴重品の持参はご遠慮下さい。



ご利用までの流れ



連絡先

平日 午前 8:30～17:00
 山形さくら町病院
 デイケアセンター「エスポワール」
 電話番号 023(625)7141

上記以外の時間での急用の場合は
 山形さくら町病院
 電話番号 023(631)2315



利

用

案

内

うつ病からの
復職支援プログラム

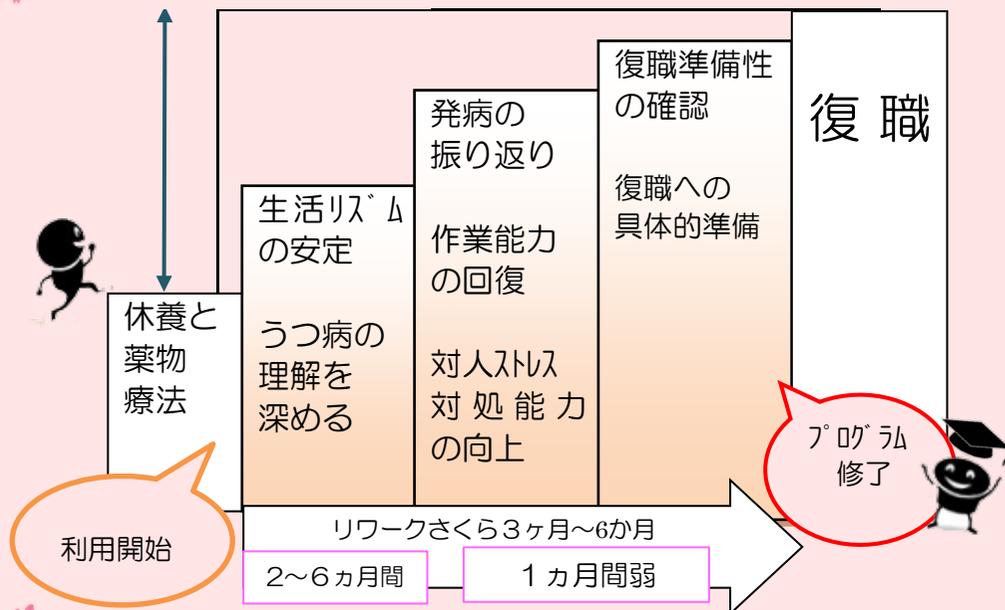
リワーク さくら



うつ病からの復職支援プログラム

うつ病で休職中の方を対象に、復職と再休職予防を目的とし、集団認知行動療法や心理教育などのプログラムを行い、専門スタッフで構成された医療チームが、復職準備を支援いたします。デイケアセンター「エスポワール」のコースプログラムの一つとして実施します。

プログラムの目的



プログラムの対象になる方

- 20歳から60歳までの方
- うつ病と診断され、精神科や心療内科に通院中の方
- 現在休職中で、おおよそ6ヶ月以内の復職を目指している方
- 病気の回復期にあり、自力で定期的に通える方
- 当院医師の診察の上、検討会にて参加が適切と判断された方
- 主治医が参加を許可し、診療情報提供をしていただけの方
- プログラム利用期間中は、山形さくら町病院へ通院医療機関・主治医を変更していただける方
- 職場から同意が得られ、文書や面談などの情報交換が可能な方
- 社会人としてふさわしいモラルある行動をとれるなどの、利用ルールを遵守しご利用いただける方

プログラム内容と一日の流れ（例）

	月	火	水	木	金
9:00~	9:00来所		9:30~ミーティング		
9:45~	オフィスワーク グループワーク	心理教育 栄養講座	セルフ リサーチ	スポーツ	集団認知 行動療法
11:30 ~	昼食・休憩				
13:30 ~	マイワーク・午前の課題の継続				
15:20 ~	ミーティング・掃除・片づけ				

- **行動記録表**
睡眠や気分、活動性などを記入し、生活リズムを改善していきます
- **心理教育**
うつ病への理解を深め、セルフケア能力を高め、再燃・再発を予防します
- **集団認知行動療法**
自身の考え方のクセに気づき、より柔軟かつ合理的な考え方や対処法を身につけます
- **セルフリサーチ**
休職に至った経緯を改めて振り返り、再発予防に向けての対処法をまとめます。プログラムで身につけた事柄を生かして取り組みます
- **スポーツ**
卓球やストレッチを行い、対人交流の練習や基礎体力を高めます
- **オフィスワーク・グループワーク・マイワーク**
様々な課題(読書・パソコン・集団課題・自己課題など)に取組み、作業能力・職場要求能力を回復し高めていきます
- **栄養講座**
うつ病に効果的な栄養について学び、調理実習も行います

実施期間

1クール 15週間程度になります。