



復職トライアル4週間プログラム

「復職できると思うが少し不安がある」
「集中力や体力がどの程度回復しているのか試したい」
「休職中は対人交流が少なかったので練習してから復職したい」
「リワークプログラムを利用する時間がない」 など

西武新宿駅より急行で 19分
高田馬場駅より急行で 17分
所沢駅より 15分
西武ひばりが丘駅よりバスで15分
JR武蔵境駅よりバスで15分

■復職トライアル4週間プログラムとは

復職前に1か月程度のリハビリを希望されている方、または休職期間の残りが少ない方向けのリハビリプログラムです。職場での訓練（リハビリ勤務・慣らし勤務等）に入る前の練習に向いています。

■利用するメリット

- ①集中力や体力がどの程度回復しているか試しながら確認できます。
- ②お休み中に対人交流が少なかった方にとっては人と話す練習ができます。

■対象の方

主治医から「1~2か月後に復職可能（または就職可能）の見込みがある」と判断されている方。

* ご利用には主治医の許可が必要となります。

■利用開始までの流れ

電話で見学お申込み → 施設見学（プログラム説明含む） → 申込書類提出 → 医師による診察 → 開始



(特定) 医療法人社団薫風会
田無メンタルクリニック リワークデイケア
〒188-0011
東京都西東京市田無町4-23-4
クリーンヒルズKHビル2F
電話：042-497-4571



<アクセス>

西武新宿線 田無駅（急行停車駅）北口より徒歩 3分
西武池袋線 ひばりが丘駅より
西武バス武蔵境駅行き田無駅前下車
JR中央線 武蔵境駅より
西武バスひばりが丘行き田無駅前下車

* 田無駅北口方面。駅前通りを北へ直進しローソンの角を左折
田無小学校正門向かいのビル2F

田無メンタルクリニック 復職トライアル

検索

* プログラム説明、施設見学をご希望の方はお気軽にお問い合わせ下さい ☎042-497-4571

田無メンタルクリニック 『復職トライアル4週間プログラム』の特徴

- ①主治医を変更することなく利用することができます。
- ②PC作業、セルフモニタリング、コミュニケーション、ストレス対処など4週間でバランスのよいプログラムを受けることが可能です。
- ③日本うつ病リワーク協会の認定スタッフがサポートいたします。
- ④各プログラムは医療の専門資格を持ったスタッフが実施しています。
- ⑤終了後に主治医、およびご本人にフィードバック（評価）をいたします。
- ⑥コース終了後、ご希望により延長または『リワークプログラム』の利用が可能です。
- ⑦復職後はフォローアッププログラム（月2回・土曜日）への参加が可能です。

スケジュール

	日数	曜日	時間
1 週目	週3日	火・木・金	9：00～16：00
2 週目	週4日	月・火・木・金	9：00～16：00
3 週目	週5日	月・火・水・木・金	9：00～17：00
4 週目	週5日	月・火・水・木・金	9：00～17：00

* 半日参加の場合 9：00～12：00 または 13：00～16：00（3週目以降は17：00）

プログラムの内容

- | | |
|-------------|-------------------------|
| * セルフモニタリング | * グループディスカッション |
| * 食事の振り返り | * エクササイズ（運動） |
| * 休職の振り返り | * 再休職予防 |
| * ストレス対処 | * 通勤訓練・8時間の作業訓練 |
| * PC作業 | など、提示された課題に取り組んでいただきます。 |

『リワークプログラム』と『復職トライアル4週間プログラム』の違い

リワークプログラムの特徴

- ①回復レベルに合わせたプログラムが用意されていて、じっくりと取り組むことが可能です。
- ②3つのクラスがあり、回復レベルに応じて負荷（クラス）を上げていきます。
- ③利用期間（目安 3か月～）は個人の回復状況によって異なります。

費用について

	1 割負担 ※（自立支援医療制度利用）	3 割負担 （健康保険のみ）
1日参加	8 2 0 円	2, 4 6 0 円
半日参加	4 2 0 円	1, 2 6 0 円

※利用者の費用負担を軽減する制度です。詳しくはご相談ください。

各種社会保険、国民健康保険のみ適応となります。

復職トライアル4週間プログラムに関するお問合せ ☎042-497-4571