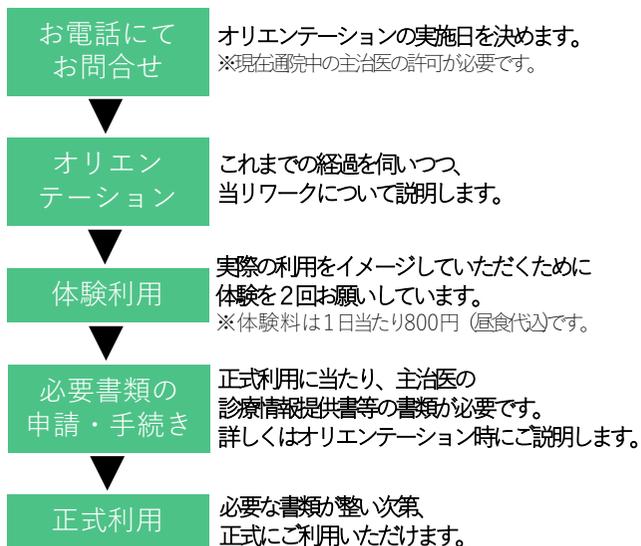




リワークご利用までの流れ



大通公園リワークオフィス

まずはお気軽にお問い合わせください

TEL (011) 222-3989 FAX (011) 233-4976

大通公園リワークオフィス
ホームページ

<http://hotto-station.com/rework-office/>
(右のQRコードから読み込むことができます)



〒060-0042

北海道札幌市中央区大通西5丁目8 昭和ビル4F

大通公園リワークオフィス（大通公園メンタルクリニック内）

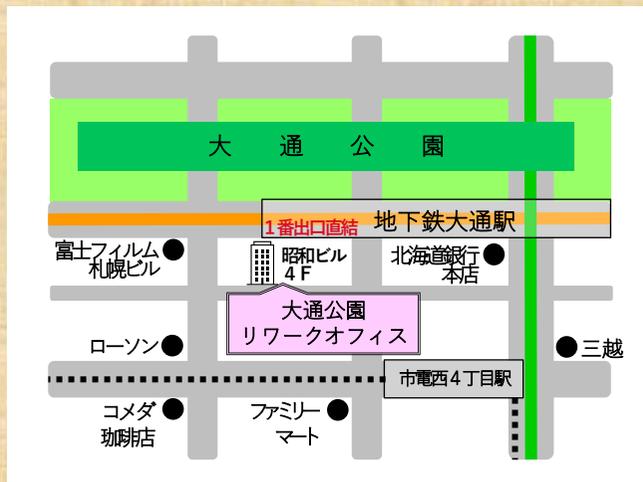
ご利用料金について

各種保険及び自立支援医療が適用になります。
利用する時間などにより、利用料が異なる場合があります。

以下は料金の目安（昼食代込）

| 自立支援医療（1割） | 通常（3割） |
|------------|--------|
| 830円 | 2490円 |

自立支援医療制度を利用した場合、市町村民税額（所得割）に応じて、1ヶ月あたりの上限額が定められます。
詳しくは、住民票のある市区町村役場へお問い合わせください。



医療法人社団ほっとステーション
大通公園メンタルクリニック



リワークとは？

メンタル不調により休職または離職中の方の復職・就職を支援し、再燃・再発予防を目指す精神科デイケアです。



大通公園リワークオフィスは...

- ✔ 地下鉄大通駅直結、通勤のイメージをもって通える好立地のリワークです。
- ✔ 典型的なうつ病だけでなく、幅広い疾病の方が利用しています。
- ✔ 現在の通院先（主治医）を変えずに通えます。
- ✔ 必要に応じて、関係機関や職場とも連携を取りながらサポートしていきます。
- ✔ 体調や目標に合わせて、利用する期間やクラス、日数などの柔軟な対応が可能です。

多様なスタッフ、講師陣がサポートします

専属スタッフの医師、公認心理師、精神保健福祉士、作業療法士、看護師に加え、様々な領域の外部講師がプログラムを担当しています。



クラス制により、病状や利用目的などに応じたリハビリができます



リワークⅠ（復職標準3ヶ月クラス）

通所リズムの安定を図り、再休職予防のベースを整えるクラス

8：30 開所
 9：30 朝礼
 10：00 AMプログラム
 11：30 昼休み
 13：00 PMプログラム
 14：30 終礼
 17：00 閉所



リワークⅡ（復職・就職直前クラス）

職場に近い時間帯の中で、復職・再就職への最終調整をしていくクラス

リワークⅢ（復職・就職直前クラス）

体力養成と心理教育に力を入れつつ、復職・再就職準備を行うクラス

8：30 開所
 9：30 朝礼
 10：00 AMプログラム
 11：30 昼休み
 13：00 PMプログラム①
 14：30 休憩
 15：00 PMプログラム②
 16：00 終礼
 17：00 閉所



ナハト夢塾 （若者向けナイトケア、月1回）

ひきこもりがちで人と接することが苦手な方の居場所としてゆったりとした時間を共有



サタデーリワーク （復帰後フォロー、月2回）

リワーク卒業生を対象に、心理教育、運動、季節のイベントなどのプログラムを実施
リラックス&リフレッシュが目的

リワークS（復学・就労準備クラス）

就労経験の少ない比較的若い方たちが小グループで復学・就労の準備を行うクラス

9：00 開所
 10：00 朝礼
 10：30 AMプログラム
 11：30 昼休み
 13：00 PMプログラム
 14：00 終礼
 16：00 閉所



フォーラム（導入・療養クラス）

リワークⅠ・Ⅱ・Ⅲの前段階で、ゆるい時間帯と軽いストレス負荷が特徴のクラス

9：00 開所
 10：30 AMプログラム
 11：30 昼休み
 13：00 PMプログラム
 15：30 閉所



*フォーラムはプログラムへ参加せずに過ごすことも出来ます



【プログラムの内容】

心理教育プログラム・コーチング・SST
ウォーキングエクササイズ・マインドフルネス
ヨガ・手工芸 etc.



コーチング



ウォーキング
エクササイズ



手工芸

心理面、体力面、生活面、
様々な角度から
社会復帰を目指します

