

## 【利用料金】

負担なし	0円
1割負担	820円
3割負担	2470円

※各種健康保険が適応されます。  
該当される方は下記の制度もご利用いただけます。

- ・自立支援医療
- ・東京都医療費助成制度
- ・障害者職場復帰支援助成金

## 【お問い合わせ】

03-4405-6946(リワーク直通)  
(10:00~18:00 土日・祝日除く)

※繋がらない場合は、03-4405-1899(代表)へ  
(10:00~18:00 日・祝日除く)

## 【アクセス】

〒160-0022  
東京都新宿区新宿2-1-2 白鳥ビル2F



「新宿御苑前」駅 1番出口より 徒歩1分  
「新宿三丁目」駅より 徒歩8分  
J R「新宿」駅 南口より 徒歩10分

QRコードで  
グーグルマップを  
取り込みます



# 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

## 新宿御苑前メンタルクリニック

<https://mentalclinic-shinjyuku.jp>

院長 内匠 知子

一般社団法人  
**日本うつ病リワーク協会**  
Japanese Association of Rework for Depression  
JARD  
当院は日本うつ病リワーク協会の施設会委員です。

## こんな困りごとはありませんか？

社員が休復職を繰り返している

休職者への関わり方がわからない

リワークって何をするの？

復職者に必要なケアは？

## 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  
て自分自身や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。



# ～ご利用開始までの流れ～

## リワークのご利用にあたって

【1日の流れ】 10:00-16:00

	月	火	水	木	金
朝礼					
午前	自己管理プログラム	個別ふりかえり	心理教育	個別ふりかえり	問題解決技法・コーピング テーマトーク・記事要約
	（昼食・休憩）				
午後	オフィスワーク ロールプレイ	集団認知行動療法	グループエンカウンター	アサーション	模擬会社プログラム
	フリープログラム・面談				
清掃・終礼					

### 【利用期間】

目安:休職が初めての方は**3カ月**以上  
複数回の方は**6カ月**以上

①

● 主治医に診療情報提供書の依頼をお願い致します。 ※書式の指定はありません。

②

● 手元に診療情報提供書が届いたら、リワーク利用のための初診を希望する旨をお伝えください。

☎:03-4405-1899 (10:00～18:00 日・祝日除く)

③

● リワークスタッフより電話にて状況をお伺いし、初診日を調整致します。ご都合をお伝えください。

④

● リワーク初診日にリワーク担当医によるリワークプログラム適用可否の判断を行います。

必要書類4点（下記参照）を必ずお持ちください。

● 診察後、適応可の場合はリワークについての説明をし、利用開始日について調整致します。  
適応不可の場合には、リワーク担当医より理由をご説明致します。

⑤

● **ご利用開始** ※リワーク申込書を必ず持参下さい。

### 【利用条件】

- うつ病、双極性障害Ⅱ型、適応障害の方
- 休職中で復職の意思のある方
- 主治医からリワーク利用の指示がある方

※同じ職場、以前同じ部署で顔見知りという方が先に利用されている場合は、その方が卒業されるまでご利用を控えていただいております。

### 【プログラム適応基準】

- ✓ 睡眠覚醒リズムが整い、日中活動ができています。
- ✓ 翌日に疲れを持ち越さない。
- ✓ 集中力が持続できている。
- ✓ 症状が安定している。
- ✓ 最終的に週5日通所できる。

※復職後も働き続けられる状態を目指して一定の負荷をかけたリハビリを行いますので、負荷に耐える状態に回復していることが必要です。

### 【初診日に必要な書類など】

- ① 診療情報提供書
- ② 睡眠覚醒リズムシート
- ③ お薬手帳
- ④ 保険証

※睡眠覚醒リズムシートは1週間分以上のデータが必要です。書式はホームページよりダウンロードしてください。

※書類をお忘れになった場合は診察が受けられない可能性もございます。予めご了承ください。