就労準備科

就労準備科・プログラム

当院の就労準備科・プログラムの特徴

障害者枠での就労支援を目的としたプログラムです。
日吉病院デイケアや当院スマイル・プログラム、就労支援機関を経て実際に就職活動を目前とした方を対象にしたグループで、就労に向けた現実的な不安や課題への対処を行っていきます。また、当院で行っているリワーク・プログラムへの見学の時間も多くとっており、より具体的な働く中での課題に意識を向けながらプログラムに取り組んでいきます。
※こちらからPDFファイル：就労準備科プログラムのポスターをダウンロードできます。

- **デイケアの曜日と時間**

実施時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～16:00	○	○	○	○	○	○	休

就労準備科・プログラム月間予定表

下記予定表をクリックすると拡大画像をご覧いただけます。
平日の昼食はスマイル・デイケア内の料理プログラムで作った食事を提供しています。

7月　就労準備科プログラム

	月	火	水	木	金	土		
	2	3	4	5	6	7		
午前	スポーツ	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	ヨガ	アサーションSST	リワークﾌｫﾛｰｱｯﾌﾟ
		アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST			
午後	不眠CBT	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	7つのコラム	スポーツ	うつCBT	ｾﾙﾌｴｽﾃｨｰﾑCBT
	OW	セルフエスティームCBT	こだわり傾向	社交不安CBT	GD			
	9	10	11	12	13	14		
午前	スポーツ	リワーク見学	薬について学ぶ	リワーク見学	リワーク見学	ヨガ	アサーションSST	リワークﾌｫﾛｰｱｯﾌﾟ
		アサーションSST		就労SST	Better Solution SST			
午後	不眠CBT	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	7つのコラム	スポーツ	うつCBT	ｾﾙﾌｴｽﾃｨｰﾑCBT
	OW	セルフエスティームCBT	こだわり傾向	社交不安CBT	GD			
	16	17	18	19	20	21		
午前	海の日	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	バーベキュー		
		アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST			
午後		リワーク見学	ヘルスプロモーション	リワーク見学	7つのコラム			
		セルフエスティームCBT		社交不安CBT	GD			
	23	24	25	26	27	28		
午前	スポーツ	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	リワーク見学	ヨガ	アサーションSST	リワークﾌｫﾛｰｱｯﾌﾟ
		アサーションSST	Better Solution SST	就労SST	Better Solution SST			
午後	不眠CBT	リワーク見学	リワーク見学	リワーク報告会 見学	リワーク報告会 見学	スポーツ	うつCBT	ｾﾙﾌｴｽﾃｨｰﾑCBT
	OW	セルフエスティームCBT	こだわり傾向					
	30	31						
午前	スポーツ	リワーク見学	8/1	8/2	8/3	8/4		
		アサーションSST						
午後	不眠CBT	リワーク見学						
	OW	セルフエスティームCBT						

OW：オフィスワーク　　GD：グループディスカッション

※こちらからPDFファイル（2018年６月分）をダウンロードできます。

当院リワーク・デイケアのプログラム

- **オフィスワーク**

個人作業の時間となり、プログラムの振り返りや自身の課題抽出をしていく時間となります。また、就職活動の準備をしていくための時間としても使うことができ、履歴書作成や求人情報の確認等、決められた時間内で集中して作業に取り組む時間となっています。

- **SST（Social Skills Training：社会生活技能訓練）**

基本訓練モデルを中心としながら、アサーションやBetter Solution、就労をテーマとしたSSTを実施しています。働いていく中での行動面での準備性について今できることをロールプレイを通してみにつけていきます。

- **CBT（Cognitive Behavioral Therapy：認知行動療法）**

CBTの基本となるコラム法だけでなく、自尊心に焦点を当てたセルフエスティームCBT、対人緊張・不安への対処法を考える社交不安CBT、不安や恐怖にとらわれて強迫的な思考（べき思考）や行動（確認行為）が出てしまう場面への対処法を考えるこだわり傾向CBTなど、症状や特性に合わせて取り組んでいくことができます。また、それぞれのCBTは個別のものではなく、どこかでつながりがあることも多く、プログラム内での振り返りを通してそのつながりに気づき、対処法を考えておくことが就労継続にとって重要となります。

- **心理教育**

病気や薬に対する正しい知識を学習し、病気に伴う様々な問題への対処や症状の自己管理に役立てるためのプログラムです。現在、「うつの認知行動療法」「双極性障害について学ぶ」「薬について学」の3プログラムを実施しています。

- **グループディスカッション**

決められたテーマに沿ってグループで話し合いを行い、グループの中での意見をまとめて発表をしていきます。ディスカッション中心のプログラムとなるため、他者とのかかわり方のクセにも気づきやすいプログラムとなります。

利用できる制度

各種保険、自立支援医療制度、生活保護などご利用になれます。
※他の医療機関に通院されている方の参加も可能です。

就労準備科・プログラム利用の流れ

ご本人と主治医の相談後に利用開始となります。他の医療機関に通院されている方は、まず当院に電話でご相談下さい。