

東京都立中部総合精神保健福祉センター 精神科デイケア

復職・就労・進学復学 各コースのご案内

復職コース（作業訓練） 就労/進学・復学コース（デイケア）

あなたに必要なプログラムが、ここにはある

東京都立中部総合精神保健福祉センターでは、疾患別・目的別コースを設置した先駆的な精神科デイケアに取り組んでいます。

特に、自らの思考や行動の特性に気づき、再発のリスクを下げ、コミュニケーションスキルとライフスキルを様々なプログラムを通じて向上させることを目的とした「パッケージ型認知行動療法」に積極的に取り組んでいます。

職業能力回復のためのプログラム、コミュニケーション力向上のためのプログラム、疾患別の認知行動療法プログラム、集中力養成のためのプログラム、復職や就労に必要な知識を学ぶプログラムなど、コースに応じた多彩なプログラムに加え、丁寧な個別支援を行い、一人一人の目標達成をアシストします。

皆様のご利用をお待ちしております。

疾患別・目的別コース一覧表

	気分障害 (うつ病・双極性障害)	統合失調症等の 精神障害	知的障害・学習障害を 合併しない発達障害	高次脳機能障害 器質性精神障害
復職コース (作業訓練)	うつ病リターン ワークコース (在職中、年齢制限なし)	リターンワーク コース (在職中、年齢制限なし)	ASAPリターン ワークコース (在職中、年齢制限なし)	CODYプロジェクト (在職中、年齢制限なし)
就労/ 進学・復学 コース (デイケア)	うつ病ワーク トレーニングコース (一般・障害者就労希望、 50歳以下)	ワークトレーニング コース (一般・障害者就労希望、 50歳以下)	ASAPワーク トレーニングコース (一般・障害者就労希望、 50歳以下)	CODYプロジェクト (就労希望、50歳以下)
	プレワークトレーニングコース (就労経験がないあるいは少ない方、50歳以下)			
	リターンスクールコース (進学・復学希望、30歳以下)	ASAPリターン スクールコース (進学・復学希望、 30歳以下)	CODYプロジェクト (進学・復学希望、 30歳以下)	

復職系コース実績（復職率）
平成 17- 令和 4年度
合計 1,129 名中 1,000 名 88.5%
・コース終了者に占める復職者の割合

一般就労系コース実績（就職率）
平成 22- 令和 4年度
合計 177 名中 128 名 72.3%
・福祉的就労・訓練就労は含まず
・プレワークトレーニングコース利用者は除く

高次脳機能障害プログラム「CODY
プロジェクト」は別紙パンフレット
をご覧ください

【お申し込みからご利用まで】

(復)復職希望者対象 (就)一般就労希望者対象 (プ)プレワーク希望者対象 (学)進学復学希望者対象

一般見学 必ず申し込み前に利用者ご本人の見学をお願いしております

精神科デイケアを希望される方のために、見学会を開催しています。(予約制)
原則として毎月2回、水曜日午後1時30分から(日程はホームページでご確認ください)
予約は、03(3302)7704広報研修担当で受け付けています。

申し込み 電話もしくは見学会終了後窓口で申し込みができます。入院中の申し込みはできません。

主治医の利用への同意が必要です(主治医に診療情報提供書を依頼してください)。

(復)職場の同意は必須ではありませんが(同意書等提出の必要はありません)、理解を得ておくことが望ましいです。
(復)(就)日常生活には支障がないが、今一歩復職や一般就労(障害者就労、アルバイト含む)に自信が無い方が対象です。

当センター専門職員によるインテーク面接

申し込みから1週間以内に当センター担当者からご本人に連絡し、インテーク面接日程を調整します。

インテーク面接時に主治医からの診療情報提供書を提出していただきます。

(復)(就)インテーク面接時に職歴・成育歴等のプロフィールシートを提出していただきます(A4 1-2枚程度)。

試験通所

インテーク面接後、2-8週間程度の試験通所を実施します(病状や生活状況、出席状況により期間は前後します)。
試験通所を通して、生活リズムなど、リハビリテーションに入るための準備状況の確認を行います。

当センター精神科医師による利用開始診察 保険診療に基づく初診料・通院精神療法料がかかります。

自立支援医療制度利用でおおむね 820 円です (令和 5 年 4 月現在)。

本通所開始

当初利用期限は 3 ~ 4 ヶ月です。週 5 日 9 : 00 - 16 : 00 (水曜のみ午前半日)の精神科デイケア(保険診療)です。

精神科デイケア料がかかります。自立支援医療制度利用でおおむね 1 日 820 円です (令和 3 年 4 月現在)。

通所中はプログラムの参加に加えて、各種心理検査や、担当職員との面接、精神科医師との面接が行われます。

利用状況や病状を鑑みて、利用期間は最大で(うつ復職)(うつ就労)6ヶ月、(その他)1年間まで延長されます。

(復)適切な時期の復職を実現するために、必要に応じて職場、主治医に対して「利用状況報告書」を作成します。

(復)復職に際して、職場とセンター担当者や精神科医師との面接を設定することが可能ですので、ご相談ください。

(復)試し出社や時短勤務と当センター利用を並行することもできます(例:午前中出社、午後センター利用)。

(就)(プ)就労に向けてハローワーク・地域就労支援機関と連携し、一人一人に合った就労のあり方を提案します。

通所終了・アフターフォロー

(復)(就)必要に応じてe-mailや電話などによるアフターフォローを行います。職場からのご相談も受けております。

(復)復職者による、復職ミーティングを開催し、交流や情報交換をしています。

(学)学校のカウンセラー、心理相談室と連携し、センター終了後も相談体制を維持できるよう調整します。

★利用対象は、都内在住もしくは在勤で、リターンワーク(復職)各コース:年齢制限無し、ワークトレーニング(一般就労)各コース:50歳以下、リターンスクール(進学・復学)各コース:30歳以下です。

★リターンワーク各コースは、公/民、雇用形態、職種は不問です。ただし、教員は他施設紹介とさせていただきます。

★各種健康保険、自立支援医療(精神通院医療)生活保護が使えます。主治医からの診療情報提供書が必要です(主治医変更は不要)。

★障害の特性や援助技法が異なるため、知的障害の方は利用対象としておりません。

東京都立中部総合精神保健福祉センター

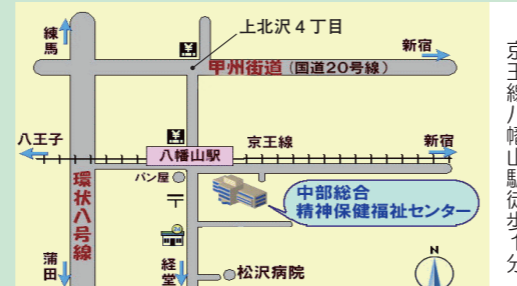
〒156-0057 東京都世田谷区上北沢2-1-7

利用申し込み 電話:03(3302)7711(相談担当)

一般見学予約 電話:03(3302)7704(広報研修担当)

ホームページ: 中部総合 デイケア 検索

https://www.fukushi.metro.tokyo.lg.jp/chusou/seishinka_deikea/index.html



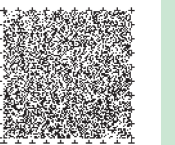
京王線八幡山駅徒歩1分

職場向け「復職・精神障害者雇用コンサルティング事業」のご案内

「復職を申し出ている職員がいるがどうすれば・・・」、「メンタル休職を繰り返している職員がいるのだが・・・」、「復職後どのような配慮をすれば・・・」、「精神科産業医がいなくてアドバイスが欲しい」、「メンタル不調者を出さないための対策を考えたい」、「精神障害者を雇用したいがどうすれば・・・」などの職場の声にお答えします。

★ 労働衛生コンサルタント・産業医資格を持つ精神科医、職場復帰訓練や精神障害者(発達障害を含む)就労支援に精通した専門職職員が対応いたします。職場の公・民、規模、職種は問いません。

★ 都内事業場対象、相談は無料、予約制です。予約電話番号03-3302-7591(作業訓練担当)



就労/進学・復学コース (デイケア) 就労を目指す方へ

1 うつ病ワークトレーニングコース

うつ病や双極性障害のために離職中の方が再就労を目指すコースです。職能回復、再発予防に向けた知識習得に加えて、課題解決力やコミュニケーションスキルの向上を目指します。就労セミナーでの就活に向けた実践的スキル獲得に加えて、集団認知行動療法、疾病講座、キャリアマネジメント、ストレスコーピング、グループミーティング、SST(社会生活技能訓練)などの「パッケージ型認知行動療法」を行い、就労準備性を高めます。**50歳以下の都民が対象です。6ヶ月以内の再就労を目指します。障害者手帳の有無は問いません。**

2 ワークトレーニングコース

統合失調症など精神障害の方が、障害開示就労を含めた一般就労を目指すコースです。継続して働くには、病状の安定と専門職員や医師による能力・適性の客観的な見立てに基づいた就労選択が重要です。就労セミナーで面接の受け方、求職方法などを学んだり、自らの特性を理解するための疾病講座や認知行動療法(PEG-CBT)などを行います。**50歳以下の都民が対象です。通所期間は最長で1年間です。障害者手帳の有無は問いません。**

3 ASAP ワークトレーニングコース

知的障害や学習障害を伴わない発達障害の方が一般就労を目指すコースです。**50歳以下の都民が対象です。通所期間は最長で1年間です。障害者手帳の有無は問いません。ADHD向けのプログラムもあります。**

4 プレワークトレーニングコース

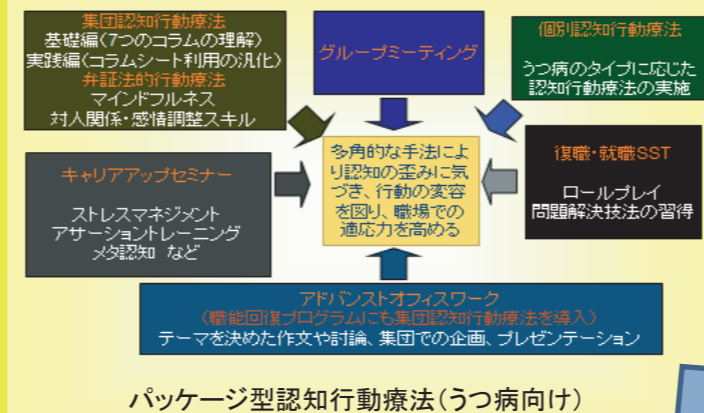
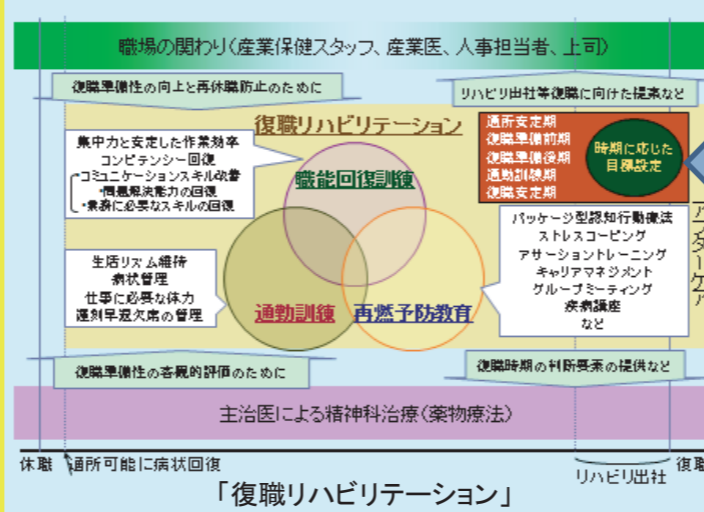
初めて就労を目指す方が自信がない、他デイケアからステップアップしたい、という方を応援するコースです。休まず通所し、規則正しい生活習慣を身につけ、自分にあった就労の場はどこか、一緒に探します。自立支援セミナーで病気や社会資源について学び、ジョブガイダンスでは仕事の探し方、履歴書の書き方、面接の受け方などを一から学びます。**50歳以下の都民が対象です。1年以内の就労を目指します。**

曜日	月	火	水	木	金
午前	SST	ETIF (ヨガ、スポーツ)	集中力養成講座	ジョブガイダンス	BWT/ASAP-JOB
	ASAP-SST				PEG-CBT
午後	自立支援セミナー	G-Work	休み	アート	GA (グループアクティビティ)
	AH-CBT	ASAP-CBT		就労サポートセミナー	CODY

進学・復学を目指す方へ

リターンズスクールコース・ASAP リターンズスクールコース

こころの病気のために、休学・退学しなければならなくなることもあります。再度安定して登校するためには、**体力、集中力、コミュニケーション能力などのリハビリが必要です。**集中力養成講座など学校場面を想定したプログラムを行い、**1年以内の進学・復学を目指します。義務教育修了以上30歳以下の都民が対象です。**



ASAP とは？

ASAP (Autism Spectrum Disorder Assistance Program) 各コースは、発達障害(自閉スペクトラム症、ADHD など)と診断されている、あるいはその傾向を有する、**知的障害および学習障害を伴わない方が対象**です。ASAP は、コミュニケーションスキル向上を目指す **ASAP-SST**、特性理解を深め、社会へのかかわり方を考える **ASAP-CBT**、就労に必要なスキルを学ぶ **ASAP-JOB**、生活スキル向上を目指す **自立支援セミナー**、統合運動機能向上を目指す **ETIF**、ADHD の特性を有する方向け **AH-CBT**、復職を目指す方向け **A-リターン**などの各プログラムから構成された**パッケージ型認知行動療法**です。

コラム 自閉スペクトラム症 (ASD) とADHD

発達障害は、その特徴によって、自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如・多動性障害(ADHD)、学習障害、発達性共調運動障害などに分類されます。このうち、ASD は、①対人関係や社会性の障害により友人関係が築けない、②コミュニケーション(言語表出)の障害、③想像力の障害による興味活動の減少やこだわりなどの特徴を、ADHD は、①不注意、②多動性、③衝動性があるために、忘れ物を繰り返す、計画的に行動できない、片付けられない、過活動と虚脱を繰り返すなどの特徴を、幼少期から持っている場合に診断されます。これらの障害は大人になってから気づかれ、診断されることも少なくありません。

復職コース (作業訓練) 復職を目指す方へ

復職する前に「復職リハビリテーション」を受けましょう

こころの不調のために休職した方が復職する上で最も重要なことは、**復職準備性(仕事をこなせる状態に回復しているか)を第三者に客観的に評価してもらうこと**です。加えて、精神科産業医や専門多職種の視点から、ひとりひとりに必要となるリハビリテーション要素を見立ててもらい、自ら体験し、自信を回復してから復職することが大切です。当センターでは労働衛生コンサルタントや産業医、精神保健指定医を有する精神科医や多職種の専門職員がチームで復職の支援を行います。再発のリスクを下げ、再発時に賢く対処するための知識を身につけることも重要です。考え方の歪みに気づき行動を変えるための認知行動療法や、ストレスコーピングなどの再発予防教育に加えて、対人関係スキルの改善や問題解決能力向上のための職能回復訓練を行います。事務職以外の職種への対応も可能です。

通勤訓練、職能回復訓練、再発予防教育の復職に必要な3要素を段階的に行った上で、職場や主治医と連携して中立な立場から復職支援を行う、当センターの「復職リハビリテーション」を体験して、自信をつけてから復職しましょう。

各コースとも、都内在住もしくは在勤の方が対象で、年齢制限はありません。障害者雇用の方も利用可能です。

1 うつ病リターンワークコース

うつ病や双極性障害などの診断により休職中の方が対象です。職能回復訓練に加えて、歪んだ認知を修正し、適応力を養い、対人関係スキルやマインドフルネス向上を目指した各種心理教育、疾病講座、キャリアマネジメント、ストレスコーピング、グループミーティング、復職SST(社会生活技能訓練)などのプログラムを**パッケージ型認知行動療法**として行います。**6ヶ月以内の復職**を目指します。

2 リターンワークコース

統合失調症など精神障害で休職中の方が対象です。職場への障害の開示・非開示、精神障害者保健福祉手帳の有無は問いません。障害特性を考慮した認知行動療法(PEG-CBT)などのプログラムを利用し、やや時間をかけて復職に向けた準備を行います。**1年以内の復職**を目指します。

3 ASAP リターンワークコース

知的障害や学習障害を伴わない発達障害で休職中の方が対象です。職場への障害の開示・非開示、精神障害者保健福祉手帳の有無は問いません。職能回復訓練に加えてASAP各プログラムを併用して復職に向けた準備を行い、**1年以内の復職**を目指します。**大人のADHD向けのプログラム**もあります。

曜日	月	火	水	木	金
午前	個別作業 オフィスワーク マネージャーリーダー セミナー(隔週)	個別作業 オフィスワーク 認知行動療法基礎編	オフィスワーク	共働作業 オフィスワーク	認知行動療法実践編(隔週) ビジネスコミュニケーション オフィスワーク
	スポーツ	キャリアアップセミナー DBTR		休み	グループミーティング パソコンスキルアップセミナー アドバンスオフィスワーク