

適切な専門機関に繋ぐ

株式会社Rodina リワークセンターのサポート



私たちのリワーク支援の特長

Rodinaのリワーク支援では、従業員（休職者）と企業双方のニーズを確認しながら、一人ひとりに個別支援計画書を策定し、目標にあった支援をおこないます。



特長 1 再スタートするための豊富なプログラム

うつ病などの精神的な不調から一度休職すると、47.1%が5年以内に再発・再休職を招くと言われています（厚生労働省の研究班の調査）。

そのため、復職する前に基本的な生活リズムを整え、ストレスマネジメントやコミュニケーショントレーニングをおこなうことで再発を防止し、スムーズな復職につなげていきます。



特長 2 専門資格を持つ多くのスタッフ

休職者の不安を軽減するには、ご本人の心身の状態を知り、丁寧にサポートすることが大切です。Rodinaのリワークセンターは、医療や福祉の現場で活躍していた有資格者が多数在籍しています。一人ひとりの不安に寄り添った、二人三脚の支援に取り組むことを大切にしています。



特長 3 豊富な復職・就職の支援実績

Rodinaではこれまでの支援実績から、復職に向けて企業とご本人の間に入り中立的な立場で専門的なアドバイスをおこないます。リワーク開始時から卒業時まで、ゴールを共有することで、スムーズな復職につながります。

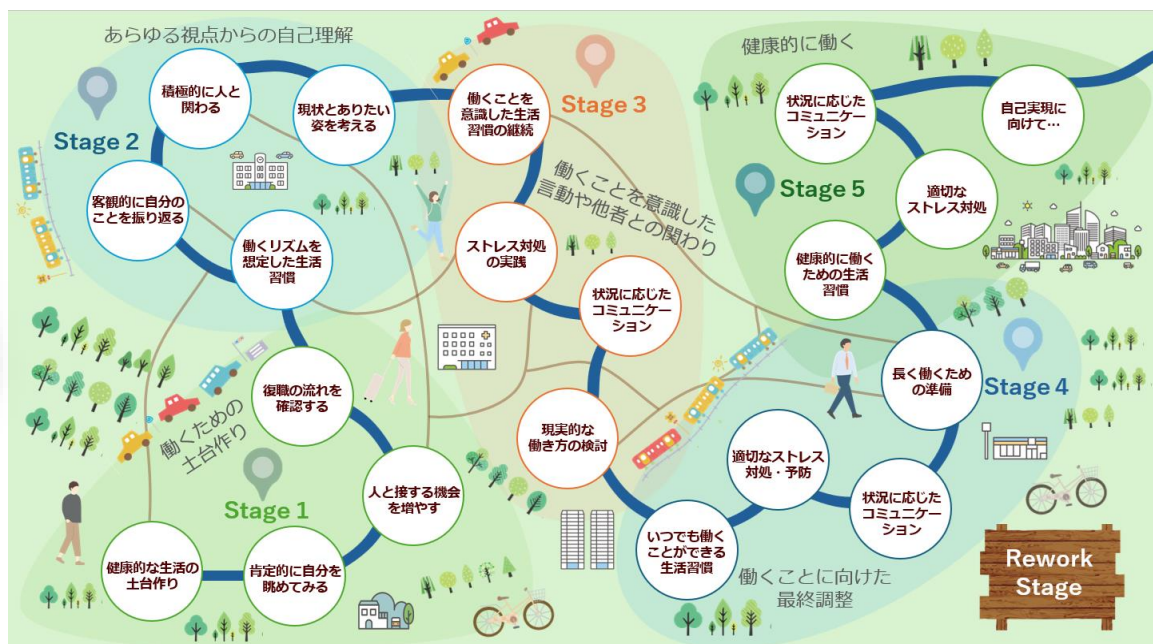
リワーク支援の具体的な取り組み①

POINT Rework Stageの活用

復職/再就職に向けての道のりを示したもので、その方の復職までの期間や状況に応じて道が異なるため、全体像を俯瞰して支援を受けられるように道筋を整理するもの。原理原則、個別最適な支援を実施しております。

POINT リワーク支援専門プログラム

睡眠、食生活、運動、ストレスマネジメントなどの項目ごとにテキストを用意しております。読み進めていくことにより取り組むべき内容を把握でき項目ごとにワークシートを用意。ワークシートを合わせて行うことにより、理解が深まり実生活で活用しやすくなるに工夫しています。



リワーク支援の具体的な取り組み②

POINT

専門的なワークシート

50種類以上のワークシートを用意しており、不調に至った原因を振り返り対策を検討していくシートや、「いつもの自分」でいるための対処法を検討していくシートなど、1ヶ月ごとに振り返り、目標を設定していくシートもございます。

POINT

テキストを活用した情報共有

テキストの内容をベースに集団で取り組めるようなプログラムを用意しており、講義形式だけでなく、通所されている方同士意見交換を行ったり、グループワークを行います。プログラムで学んだ内容を実生活でも取り組めるようにホームワークを設定しているプログラムもございます。



5. 振り返りをした時期でのストレスを感じた状況やそのときの対処方法等を整理してみましょう。

No.	1. ストレスを感じたのはどのような状況でしたか？	2. その時にどのような対応行動をとりましたか？	3. 対応行動をとった結果どうなりましたか？（ストレスや疲労の減少の有無）	4. よりストレスを軽減するにはどのような対応行動が考えられますか？
例	上司や同僚から、高圧的な口調で指示された	我慢する	上司や同僚は自分の気持ちに気づいてくれないのでストレスがたまる	自分の仕事に何が面白いのかを積極的に考えてみる
例	上司から依頼されていた業務の期日が1週間早くなった	業務の優先順位をつけなおした	初めは案の定の気持ちだったが、優先順位を	次第に手伝ってもらえないか依頼する

Action Plan

氏名: _____

No.	問題や課題	問題や課題を解消するための目標		
		状態	項目	月 日
1				
2				
3				

No.	問題や課題	セルフチェックシート(いつもの自分編)			セルフチェックシート(調子を崩しているとき編)		
		状態	項目	月 日	状態	項目	月 日
		日常のセルフケアプラン			早めの手当てプラン		
		早めの手当てプラン			リカバリープラン		
		睡眠時間			睡眠時間		
		総合評価			総合評価		
		気づき・感想			気づき・感想		

1週間のスケジュール例

	月	火	水	木	金	土・祝日
9:00 〜 12:00	個別訓練 (休職の振り返り、クライシスプラン作成、eラーニング など)					特別 プログラム
13:00 〜 15:00	個別訓練	ストレス マネジメント	コミュニ ケーション	セルフケア		
15:00 〜	<ul style="list-style-type: none"> 通院同行 復職前の産業医面談・人事面談の同席 復職後の定着面談 個別事案の面談対応 					



※ 金・土・祝日は午前のみ

※ 月1回の日曜開所あり

リワークセンターで具体的な活動について



■ 安心した復職や就職、働き続けるための カウンセリング・面談

安心して復職をするために、**週1回の面談**を通じて、体調や休職に至った要因や復職にむけた対策など検討します。

一人ひとりの希望を反映しながら個別支援計画を作成します。
週1回の面談を通じて、復職や就職のために取り組むべき課題の進捗を確認を行います。

状況に応じて、企業との環境調整や主治医との連携をおこないます。

* カウンセリング・面談は、治療を目的としたものではありません



■ 復職プランの作成

大切な社員さまが安心して職場復帰ができるように
企業ごとに合わせた復職プランを作成します。

そのプランにもとづき、復職後を見据えた生活面の改善や、通勤訓練だけでなく、休職に至った自身の働き方や考え方を振り返り、再発防止まで取り組んでいます。

企業と社員さま双方で復職時の状態像を明確にすることで目指す状態が可視化され、会社としても明確な指標があることで社内調整などにおいても大きな役割を果たすものとなります。

リワークプログラムを受けないまま復職した人の再休職リスクは6.21倍と、復職支援の高い効果が近年注目されています。[\(日本うつ病リワーク協会調べ\)](#)

リワークセンターで具体的な活動について



■ 休職社員さまの定期報告

復職プラン通りに、休職社員さまが職場復帰に向けて準備できているかを定期的にご報告します。

状況に応じてプラン自体も見直しながら、リワークプログラムを提供します。休職社員さまの現状や今後の課題、復職時期の見立てなど、人事担当者さまと共有しながら再発しない復職に向けたサポートをおこないます。

※休職社員さまに提供するリワークプログラムの詳細について

- 1, 心身の健康を整えるウェルネスプログラム
- 2, オンラインプログラムで休職中にスキルアップ
- 3, リワークプログラム



■ 復職前後のサポート

復職準備が整ったら、企業・主治医と勤務日数や時間を調整し、慣らし出勤を開始。段階的に週5日40時間働くことができるようにサポートします。必要に応じて企業との間に入りながら、利用者が働きやすい環境づくりを企業連携を行いサポートします。

また定期的な面談を実施しつつ、慣らし出勤中も休職社員さまの状況把握をし、安定した就労継続を目指していきます。

メンタル不調が再発して再休職・退職してしまわないように支援するので、復職希望でリワークセンターを利用された方の90%がもとの職場へ復帰されています。

※雇用条件や体調面などに応じて、通常勤務（8時間）から職場復帰する方もいます。

再休職・離職防止

● 個別面談



● 通院同行



● 訓練報告書送付



● 産業医面談同席



● 休職の振り返り 再発防止策



● 集団プログラム



● 定着面談 ※無償 (復職後半年間)



職場復帰率



※2024年度全社実績

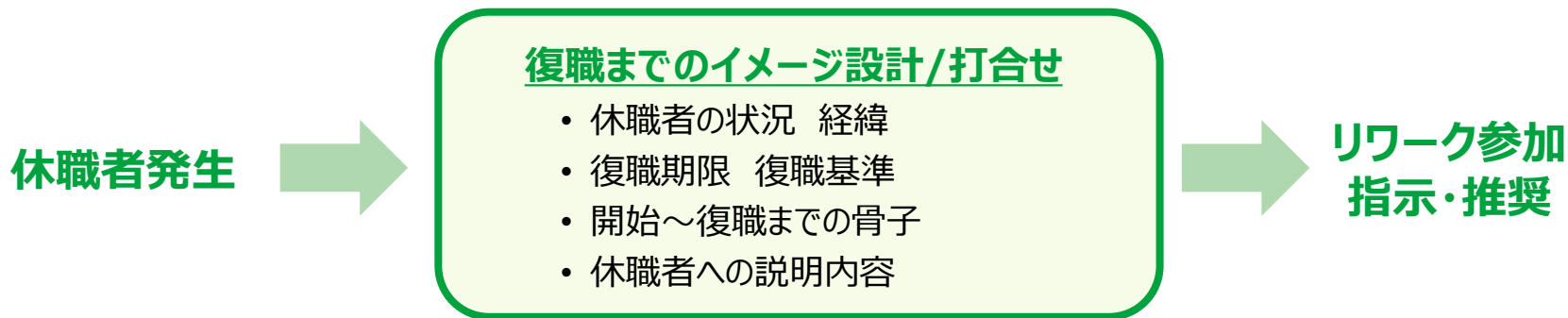
福祉サービスの料金体系

世帯の収入状況 (前年度の本人+配偶者の合算年収)	本人の負担上限額 (1か月あたり)
概ね300万以下	0円
概ね300~600万以下	9,300円
概ね600万以上	37,200円

・利用料金(1日)×利用日数で計算 ・収入に応じて負担上限月額が決定

→ 概ね9,300円~最大37,200円/月の自己負担額を想定

※詳細：厚生労働省
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/shougaihoken/service/hutan1.html>



利用手続

利用開始には居住する自治体の「**福祉サービス受給者証**」の発行が必要です。

①センター見学
無料体験



②自治体へ申請

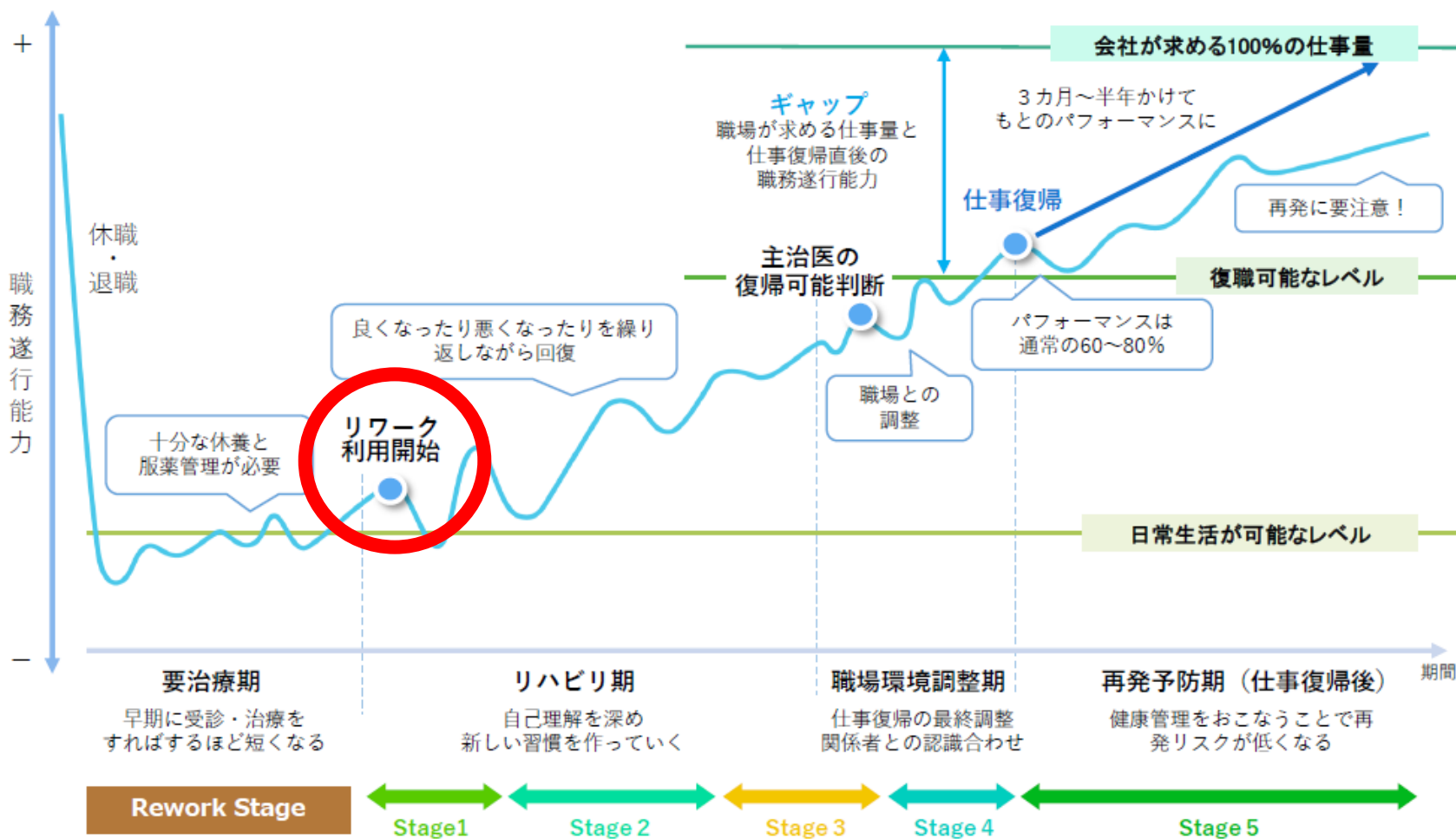


③受給者証発行
利用開始



リワークを利用するタイミング

調子が良くなったり悪くなったりを繰り返しながら回復していく



リワークセンターでは回復の流れに沿った活動を段階的におこない、復帰に向けて準備を整えます。