



ご利用までの流れ

主治医に相談

当院通院中の方

他院通院中の方

利用開始

オリエンテーション

プログラムの参加
スタッフとの面談

紹介状のご準備

当院での初診



ご料金について

各種健康保険・自立支援医療制度・マル福などご利用可。

(例) デイナイト利用の場合

自立支援医療制度

保険証

ご利用の場合
(1割負担)ご利用の場合
(3割負担)

約1,120円

約3,500円

「自立支援医療制度とは」

精神疾患の治療にかかる医療費を国・地方公共団体が負担する制度です。自立支援制度帳を利用されると毎回の医療費の自己負担額が1割になります。また、ひと月当たりの自己負担額に上限があり、それを超えると医療費の自己負担が0円になります。

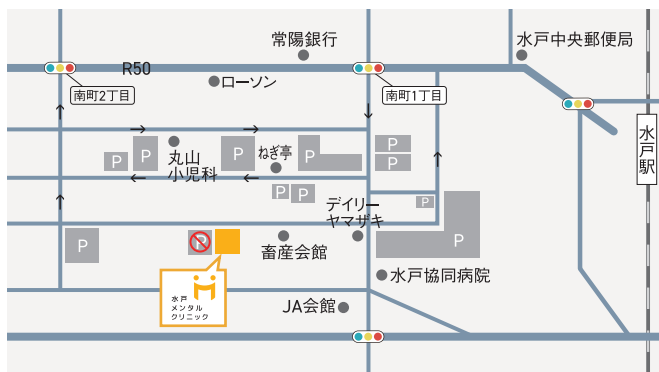
(例) 上限10,000円の場合



自己負担上限額の10,000円を超えると、当月のそれ以降の治療費の自己負担額が0円になります。



MAP



Google Mapで見る

右のQRコードを読み込むとGoogleMAPが起動します



水戸メンタルクリニック

〒310-0022 茨城県水戸市梅香1-2-50

デイケアに関するお問い合わせ

デイセラピー直通番号

☎ 029-303-7113



デイセラピーについて

<http://mito-mental.com/subjects/daycare.html>

備考欄



水戸メンタルクリニック

デイセラピーのご案内

リワークプログラム
プレリワークプログラム

リワークに特化したプログラム



01 復職に特化した医療リワーク

医療リワークプログラムとは、職場に類似した環境でリハビリを行い、症状の改善を進めるプログラムです。多職種連携による豊富なプログラムを通じて、就労や復職に必要な体力や職務能力を回復させ、再発に至る問題パターンの把握や変容を目指します。

02 専門職と二人三脚で復職へ

当院は一般社団法人日本うつ病リワーク協会の正規会員です。協会認定スタッフと二人三脚で復職までのロードマップを作成し、体調改善に努めています。

復職までの流れ

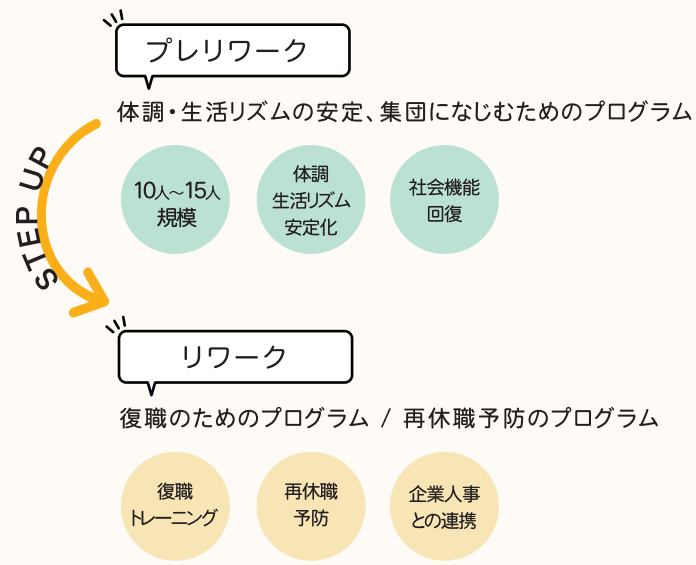
- 01 体調・生活リズムを整える
- 02 集団プログラム参加
- 03 休職について振り返り
- 04 復職へ

まずは見学！
主治医にご相談ください



復職後もフォローアップがあります

03 リワークとプレリワークの違い



よくある？質問



- 個別面談はどんな相談ができますか？
専門職種スタッフが、みなさんの復職までの困り事の相談を受けています。職場との情報共有を行い復職への計画を立てていきます。
- どんなプログラムを受けたいですか？
体調や特性、休職状況に合わせたプログラムをご提案。定期的な個別面談で参加すべきプログラムを調整していきます。
- どんな人が利用していますか？
メンタル不調で休職し復職を考えている人、再発防止をしっかりと考えたい人、20代~50代まで幅広い年齢層の方が利用しています。



リワーク / プレリワークプログラムスケジュール

	月	火	水	木	金	土
A M	キャリア支援 休職要因を振り返り、復職準備性を高めるプログラム。ストレスへの対応も学ぶ。	認知機能リハ 認知機能のリハビリ。認知機能検査の実施。	CBGT(応用) 集団認知行動療法。ストレス耐性の向上を目指す。	対人スキル 職場でのコミュニケーション力の向上を狙うプログラム。	運動療法※2 球技・チームスポーツ・体力づくりを行うプログラム。	フォローアップ 復職者対象のサポート対応。 CBGT 集団認知行動療法。
	はじまりの月曜日※1 先週の振り返り・今週の過ごし方、予定、課題を確認。生活習慣の講義や心身状態の把握により自己管理能力を身に着けます。	ゆるリラ※1 自分の心身に向き合いながら体を動かすプログラム。ストレッチ、ヨガなど。	B-リワーク リワークプログラム参加への準備を行う。 ・リワークプログラム体験 ・セルフシート作成 など	B-レクリエーション 軽スポーツ、クッキング、参加者交流会のプログラム。	プチトレ※2 ストレッチや有酸素運動を行うプログラム。	
P M	発達症セルフナビ 発達障害の特性学習。生きづらさを軽減するワークトレーニング。	アサーション コミュニケーショントレーニング・自己主張トレーニングを行うプログラム。	CBGT(基礎) 集団認知行動療法。 アート※3 創作活動を通して、自己表現。	セルフマネジメント マインドフルネス・ストレス対策・睡眠対策・アングーマネジメントなどを行うプログラム。	SST 職場・日常生活の問題悩みを共有。集団で問題解決。	フォローアップ 復職者対象のサポート対応。
	復職準備プログラム 復職前に大切なことを学ぶ。	セルフワーキング 自己課題・個別面談など。	週替わりプログラム 毎月別途ご案内いたします。	セルフワーキング 自己課題・個別面談など。	セルフワーキング 自己課題・個別面談など。	
ナ イ ト						

プログラム種別について

- リワークプログラム
- プレリワークプログラム

※1 プレリワークプログラムとサードプレイスプログラムの合同開催
 ※2 選べる運動プログラム(プレリワークおよびリワークどちらの参加者でも選べます)
 ※3 リワークプログラム、プレリワークプログラム、サードプレイスプログラムの合同開催

プログラムは状況により変更になる場合がございます。詳しくはスタッフまでお問合せください。