

職場復帰（リワーク）支援説明会のご案内

岐阜障害者職業センターでは、うつ病等で休職している方及びその方の復職を考える事業主に
対して、主治医と連携し、円滑な職場復帰に向けた支援を実施しています。

当センターの職場復帰支援の内容や利用方法をご理解いただくために、下記のとおり「職場
復帰（リワーク）支援説明会」を開催しています。

＜日 時＞ 原則、毎月第3木曜日に開催します。

令和7年 4月17日（木）、 5月15日（木）、 6月19日（木）
7月17日（木）、 8月21日（木）、 9月18日（木）
10月16日（木）、 11月20日（木）、 12月18日（木）
令和8年 1月15日（木）、 2月19日（木）、 3月12日（木）

※3月は第2木曜日です。

13時30分～14時30分（＊13時10分受付開始）

※ご都合のあわない方は個別に対応させていただくことも可能です。お問合せください。

＜場 所＞ 岐阜障害者職業センター（岐阜市日光町6-30）

＜対 象＞ うつ病等で休職中であり、当センターの職場復帰支援を利用しての復職を希望
される方（ご家族の方の同席も可能です。）、復職を考える事業主の方

＜定 員＞ 5組 程度

＜申込方法＞ 事前にお電話でご予約ください。
（「リワーク支援説明会の予約」とお伝え下さい）

リワーク支援
について →



- ＜その他＞
- 当日は参加者全員に対して職場復帰支援の内容及び利用方法に係る説明を行います。
 - 説明会にて事業内容をご理解頂いた上で、利用を希望される方は、改めて相談日時を調整させていただきます。追加説明及び必要な手続き等についてご案内します。
 - ご都合が合わない方は、お電話にてお問合せください。個別に実施させていただきます。



【申込みのご連絡先】

岐阜障害者職業センター

〒502-0933 岐阜市日光町6-30

TEL 058-231-1222

FAX 058-231-1049

E-mail gifu-ctr@jeed.go.jp



ホームページURL <https://www.jeed.go.jp>

「リワーク支援」のごあんない

岐阜障害者職業センターでは、うつ病などで休職されている方の職場復帰支援(リワーク支援)を行っています。プログラムの利用は無料です。概ね3ヶ月の期間中、次のようなプログラムに取り組み、復帰への準備を整えていきます。

コミュニケーション技能を高める

アサーショントレーニング SST (社会生活対人トレーニング)

相手の気持ちも大切にしつつ、自分の気持ちや意見を尊重に、相手に伝えていくためのトレーニングです。

担当を助いで願っているための方法を考える

グループミーティング

他の利用者の方と、近況や悩みを述べ合うことを通じて、ご自身の問題解決のしかたを具体的に考えていきます。

【テーマの例】

- ・ストレス・業務の傾向と対処法
- ・復職についての考え方

集中力、持続力、思考力の回復をめざす

各種作業、集団作業

(ジョブプリハール)

MWS (事務処理、OA処理、事務整理)、レポート作成などを通じて、業務を行うために必要な集中力等の回復をめざします。
また4～6人のチームで、役割分担をしながら、複数の課題についてノルマ達成を目指し、実践的な集団作業を行います。

利用をご希望の方は、右記までお気軽にお問い合わせください。

ストレスとの上手な付き合い方を身につける

ストレス対処講座、アングラコントロール

ストレス対処の基礎知識を理解します。

勝ち込みや不安などを減らして考え方をほぐし、最終的にストレスを減らす方法を身につけることで、ストレス対処の幅を広げることができます。そのほか、認知行動療法や認知との付き合い方を学びます。

★ 利用の流れ ★

ご本人出席 説明会への参加

職場復帰を目指されるご本人様向けの説明会を、原則、毎月第1または金曜日に実施しております。お電話でご予約ください。ご都合の悪い方は個別に実施します。

個別相談・コーディネートの開始

ご本人、事業所の方、主治医とともに、復職に向けた活動の進め方や目標について合意形成を図ります。

- ※ 復職はリワーク支援委員会で説明させていただきます。
- ※ リワーク支援開始の時期については、個別相談を行った上で決定していきます。リワーク体験を受けていただきます。

支援計画のご提案・支援プログラムの開始

標準10～12週間の支援を行います。

職場復帰

人生の振り返りと働き方を見直す

キャリア講座

これまでの人生を振り返り、ご自身に適した働き方、今後の人生をより良くしていくために、再出発の観点を持ち、見直していきます。

復職後を見据えた生活リズムをつくる

生活リズム、体調のチェック

生活リズム調に、日々の過ごし方を記録し、生活リズムを見直すとともに、ストレスに繋がりがやすい場面へ気づき、セルフケアができるようになることをめざします。

心と身体の状態を和らげる 自律訓練法・呼吸法

心と身体の状態を和らげ、リラクゼーション法を習得します。

※ 雇用保険被保険者の方を対象としております。公務員の方にはご利用いただけません。

独立行政法人 高齢・障害・求職者雇用支援機構 岐阜支部 岐阜障害者職業センター

〒502-0933 岐阜市日笠町6-30

TEL 058-231-1222 / FAX 058-231-1049 / 代表メールアドレス gifu-ctr@jcced.go.jp