

リワーク支援を受講された利用者の方々の感想

Aさん

職場からの勧めでリワーク支援を利用開始しました。体調を崩して休職し、1年後から受講開始しました。

リワーク支援の内容としましては、OA作業・事務作業・実務作業・講習、リラクゼーション等、その日によって内容は異なりますが、自分のペースで作業を進めていけました。なかでも講習では、ストレス対処等について、他の利用者さんの考え方や体験などを聞く機会があったり、自分から意見交換をしたりして、大変勉強になりました。それぞれ休職に至ったきっかけは違えど、同じ復職という目標に向かっていることで、大変心強かったです。また、作業中はとても集中できる環境で、時間が経つのがとても早く感じられました。疑問点があれば、スタッフの方が丁寧に対応してくださり、順調に進めていくことができました。

リワーク支援の開始時、中間時、最終時には、カウンセラーの方が個別面談の時間をとってください、復職に向けて不安な面等を相談したり、アドバイスをいただくことができました。会社との面談にも同行していただけたおかげで、スムーズに状況報告することができたと思います。

復職に向けて、まだ不安はありますが、利用前より自信や意欲が高まったと思います。「障害者職業センター」と聞くと、復職支援のイメージはなかなかつきづらかったですが、生活リズムの立て直しや、自分の考え方、客観的なものの見方等、復職前にじっくりと向き合える時間が持てて、本当に感謝しております。リワーク支援で学んだことを生かし、今後は再発することのないよう努力していきたいと思います。