



うつ病などで休職しており、職場復帰をお考えの方へ

地域障害者職業センターでは
職場に復帰するための専門的な援助(リワーク)を実施しています。

(リワークとは、「^{リターン トゥ ワーク}復職」の Return to Workを意味しています。)

リワークは、うつ病などにより休職中の方で、主治医が職場復帰のための活動を開始することを了解している方を対象としています。
(すでに会社を離職した方、主治医からまだ休養が必要と判断されている方は、対象になりません。)

障害者職業カウンセラー(又はリワークカウンセラー)が、あなたやご家族から職場復帰に対するお考えなどを伺い、その後、主治医、会社の担当者と相談しながら、次のような職場復帰のためのウォーミングアップを行います。

生活リズムの構築

自宅療養が続いて生活のリズムが不規則、
体力低下も心配

➡ スケジュールに沿って、センターに通所し、規則正しい生活リズムを目指します

職場復帰

ストレスへの対処方法

仕事の悩みを上手く相談できず負担になる
➡ 上手な相談の仕方などを練習します

職場で緊張してしまう

➡ 緊張を軽減するストレッチ法、呼吸法などを紹介します

リハビリ出勤

いきなり職場復帰して、きちんと仕事ができるか不安

➡ 復帰予定の職場での作業体験や上司、同僚との交流を通じて、不安の軽減を図り、無理なく職場復帰を進めていきます

会社との調整

復帰時の勤務条件などが心配

➡ 総務・人事担当者などに、職場復帰に求められる条件を確認し、復帰計画などについて事業主に助言します

以前のように仕事ができるのか不安

➡ 職場復帰時の仕事の内容や職場環境の改善方法などを事業主に提案します

フォローアップ

○センターでは、支援対象者・雇用事業主に対する支援を無料で行っています。

地域障害者職業センター所在地一覧

センター名	郵便番号	所 在 地	電話番号	FAX 番号
北海道障害者職業センター	001-0024	札幌市北区北二十四条西5-1-1 札幌サンプラザ5F	011-747-8231	011-747-8132
旭川支所	070-0034	旭川市四条通8丁目右1号 ツジビル5F	0166-26-8231	0166-26-8232
青森障害者職業センター	030-0845	青森市緑2-17-2	017-774-7123	017-776-2610
岩手障害者職業センター	020-0133	盛岡市青山4-12-30	019-646-4117	019-646-6860
宮城障害者職業センター	983-0836	仙台市宮城野区幸町4-6-1	022-257-5601	022-257-5675
秋田障害者職業センター	010-0944	秋田市川尻若葉町4-48	018-864-3608	018-864-3609
山形障害者職業センター	990-0021	山形市小白川町2-3-68	023-624-2102	023-624-2179
福島障害者職業センター	960-8054	福島市三河北町7-14	024-526-1005	024-535-1000
茨城障害者職業センター	309-1703	笠間市鯉淵6528-66	0296-77-7373	0296-77-4752
栃木障害者職業センター	320-0865	宇都宮市睦町3-8	028-637-3216	028-637-3190
群馬障害者職業センター	379-2154	前橋市天川大島町130-1	027-290-2540	027-290-2541
埼玉障害者職業センター	338-0825	さいたま市桜区下大久保136-1	048-854-3222	048-854-3260
千葉障害者職業センター	261-0001	千葉市美浜区幸町1-1-3	043-204-2080	043-204-2083
東京障害者職業センター	111-0041	東京都台東区元浅草3-18-10 上野NSビル7F(リワークセンター東京)	03-5246-4881	03-5246-4882
多摩支所	190-0012	立川市曙町2-38-5 立川ビジネスセンタービル5F	042-529-3341	042-529-3356
神奈川障害者職業センター	252-0315	相模原市南区桜台13-1	042-745-3131	042-742-5789
新潟障害者職業センター	950-0067	新潟市東区大山2-13-1	025-271-0333	025-271-9522
富山障害者職業センター	930-0004	富山市桜橋通り1-18 北日本桜橋ビル7F	076-413-5515	076-413-5516
石川障害者職業センター	920-0901	金沢市彦三町一丁目2番1号 アソルティ金沢彦三2階	076-225-5011	076-225-5017
福井障害者職業センター	910-0026	福井市光陽2-3-32	0776-25-3685	0776-25-3694
山梨障害者職業センター	400-0864	甲府市湯田2-17-14	055-232-7069	055-232-7077
長野障害者職業センター	380-0935	長野市中御所3-2-4	026-227-9774	026-244-7089
岐阜障害者職業センター	502-0933	岐阜市日光町6-30	058-231-1222	058-231-1049
静岡障害者職業センター	420-0851	静岡市葵区黒金町59-6 大同生命静岡ビル7F	054-652-3322	054-652-3325
愛知障害者職業センター	460-0003	名古屋市中区錦1-10-1 M1テラス名古屋伏見ビル5F	052-218-2380	052-218-2379
豊橋支所	440-0888	豊橋市駅前大通り1-27 MUS豊橋ビル6F	0532-56-3861	0532-56-3860
三重障害者職業センター	514-0002	津市島崎町327-1	059-224-4726	059-224-4707
滋賀障害者職業センター	525-0027	草津市野村2-20-5	077-564-1641	077-564-1663
京都障害者職業センター	600-8235	京都市下京区西洞院通塩小路下 東油小路町803	075-341-2666	075-341-2678
大阪障害者職業センター	541-0056	大阪市中央区久太郎町2-4-1 クラボウアネックスビル4F	06-6261-7005	06-6261-7066
南大阪支所	591-8025	堺市北区長曽根町130-23 堺商工会議所5F	072-258-7137	072-258-7139
兵庫障害者職業センター	657-0833	神戸市灘区大内通5-2-2	078-881-6776	078-881-6596
奈良障害者職業センター	630-8014	奈良市四条大路4-2-4	0742-34-5335	0742-34-1899
和歌山障害者職業センター	640-8323	和歌山市太田130-3	073-472-3233	073-474-3069
鳥取障害者職業センター	680-0842	鳥取市吉方189	0857-22-0260	0857-26-1987
島根障害者職業センター	690-0877	松江市春日町532	0852-21-0900	0852-21-1909
岡山障害者職業センター	700-0821	岡山市北区中山下1-8-45 NTTクレド岡山ビル17F	086-235-0830	086-235-0831
広島障害者職業センター	730-0004	広島市中区東白島町14-15 NTTクレド白島ビル12F	082-502-4795	082-211-4070
山口障害者職業センター	747-0803	防府市岡村町3-1	0835-21-0520	0835-21-0569
徳島障害者職業センター	770-0823	徳島市出来島本町1-5	088-611-8111	088-611-8220
香川障害者職業センター	760-0055	高松市観光通2-5-20	087-861-6868	087-861-6880
愛媛障害者職業センター	790-0808	松山市若草町7-2	089-921-1213	089-921-1214
高知障害者職業センター	781-5102	高知市大津甲770-3	088-866-2111	088-866-0676
福岡障害者職業センター	810-0042	福岡市中央区赤坂1-6-19 ワークプラザ赤坂5F	092-752-5801	092-752-5751
北九州支所	802-0066	北九州市小倉北区萩崎町1-27	093-941-8521	093-941-8513
佐賀障害者職業センター	840-0851	佐賀市天祐1-8-5	0952-24-8030	0952-24-8035
長崎障害者職業センター	852-8104	長崎市茂里町3-26	095-844-3431	095-848-1886
熊本障害者職業センター	862-0971	熊本市中央区大江6-1-38 4F	096-371-8333	096-371-8806
大分障害者職業センター	870-0131	大分市皆春1483-1	097-503-6600	097-503-6601
宮崎障害者職業センター	880-0014	宮崎市鶴島2-14-17	0985-26-5226	0985-25-6425
鹿児島障害者職業センター	890-0063	鹿児島市鴨池2-30-10	099-257-9240	099-257-9281
沖縄障害者職業センター	900-0006	那覇市おもろまち1-3-25 沖縄職業総合庁舎5F	098-861-1254	098-861-1116

※旭川、豊橋、南大阪、北九州の各支店においては、職場復帰の相談は行っていますが、リワーク支援及び職業準備支援を実施しておりません。



独立行政法人

高年齢・障害・求職者雇用支援機構 (URL <http://www.jeed.go.jp/>)