

**対象疾患：うつ状態・うつ病**  
 ・ **社会復帰を希望している**ができていない休職・失業中の人

## 入院生活リズム立て直しプログラム

規則正しい生活リズムの獲得  
 社会復帰への動機付け・抑制要因分析

### 入院プログラム：入院担当作業療法士

- ✓ 生活リズム安定のためにスケジュール設定の助言、フィードバック（アプリの活用）。
- ✓ 心理検査や面接からそれぞれの特性や課題に応じて宿題・フィードバック。
- ✓ 入院中の**担当医、担当看護師**と連携して、生活リズムを整える。退院後の方向性を関係者でディスカッションして決める。

### 外来プレリワークプログラム

本格的なリワークへの慣らしプログラム

### 外来プログラム：外来担当作業療法士

- ✓ 疾病・心理教育、自己分析、自己課題の発見。
- ✓ 心理検査や面接からそれぞれの特性や課題に応じて宿題・フィードバック、SST。
- ✓ 生活リズム安定のためにスケジュール設定の助言（アプリの活用）。
- ✓ 週2～3単位ほどの集団プログラム。

## 概略

- ・ **プレリワーク、遷延性うつ病、処方整理（減薬）**でいずれか希望を事前に問診票や紹介状で書いていただく。
- ・ 状態に応じて入院プログラムへ。
- ・ 遷延性うつ病が改善し、次のステップとしてプレリワークも可能。
- ・ 減薬調整集中入院（3～4週）も可能。

### 障害者職業センター 就労移行支援事業所など

### ケースワーク：精神保健福祉士

- ✓ 本人の特性に応じた環境調整。
- ✓ 利用可能な社会リソースの情報提供。

休職や失業を契機に生活リズムが乱れ、社会復帰をしたいと考えているが、最初の一步をどうしたらいいかわからない。

プレリワーク



遷延性うつ病

抗うつ薬を十分量・十分期間使用しても症状が安定せず、社会復帰ができていない、休職を繰り返してしまう。

処方整理（減薬）

精神科の薬が多くてこのままでいいのか悩んでいる、今後減らしていきたい。

うつ・復職支援外来

心理検査、採血、画像検査