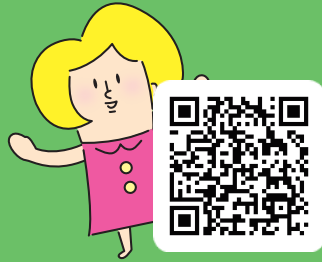
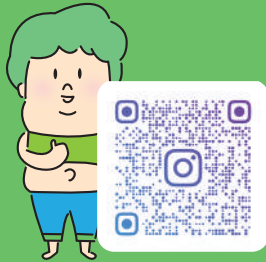


Bowl



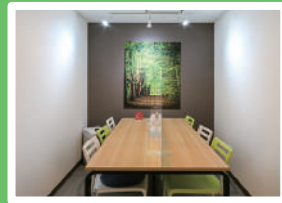
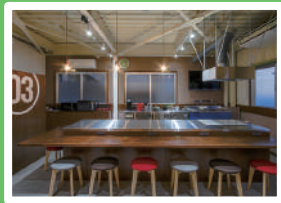
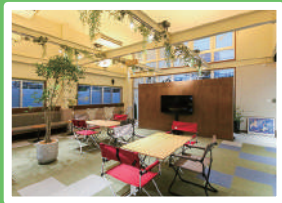
オリジナル LINE スタンプ
「BowL のリワーク日常」
も好評販売中



Instagram もスタート！
BowL の日常や
役立つ情報を発信中

次への一歩が踏み出せない

そんな不安な気持ちに寄り添いながら
復学・復職・社会復帰を支援します



株式会社 Bowl

〒901-2132 沖縄県浦添市伊祖 1-5-2

Tel: 098-879-0167 HP: www.bowl.co.jp

Bowl 

リワークによる復帰支援

わたしたち「BowL」はメンタルヘルス不調者の方に「リワーク支援」を行っています。対象は18歳以上のメンタル不調を抱えている方や、そのご家族までと、状況や環境に合わせた支援に取り組んでいます。

リワークって？

主に精神疾患などのメンタル不調から休職や休学をした人に対して、職場・学校への復帰を目指した支援プログラムです。

BowLが提供する2つの支援

1

復職・社会復帰支援



対象

休職または無職の
社会人

2

家族会



対象

メンタル不調者を支える
家族

対象：気分障害（うつ）や不安障害など



- 復帰したいけど不安がある
- 療養と復帰を繰り返している
- 頑張ってるけど空回っている感じがある
- 就職したいけど何からはじめていいかわからない
- 仕事をしたいけど、自宅にこもりがち
- どうして病気をくりかえすのかわからない

利用条件

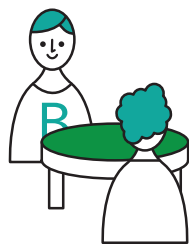
BowLはこれまで多くの方へリワーク支援を提供してきました。その経験を踏まえ、よりよい支援を提供するために、利用に際しての同意事項を下記にまとめています。

- 利用を決めた日から1ヶ月以内に申請手続きを済ませ、利用を開始すること
思い立った日が最高のタイミングです。気分の波に左右されずに行動することが回復に向けた第一歩です。
- 自立支援医療制度を同時申請で進めること
継続的な治療環境を確立するためです。
- 利用契約後から3ヶ月以上の期間を、週3日以上ペースで通う意思があること
再発せずに復帰するための最低限の期間。自己理解とストレス対処スキルを身につけます。
- ご家族、主治医、職場がリワーク利用について賛同していること
厚生労働省からの通達で雇用されている職場のリワーク利用の同意が必須とされています。

利用までの流れ



復職・再就職支援



専門スタッフによる個別面談と
リワークプログラム受講を通して
職場復帰を目指します。

BowL では復職支援（リワーク）と再就職支援を行なっています。どちらもリワークプログラムを基本に心身の健康をはじめ、再発予防についても取り組んでいます。職場復帰に向けては担当スタッフが伴走しながら、1人ひとりの回復ペースに合わせてサポートします。

新型コロナウイルス感染拡大を受けて、2020年よりオンラインによるリワーク支援にも取り組んでいます。

支援の流れ

「はたさぼ」?

復帰後6か月間をサポートする
BowL 独自の支援サービスです

STEP4

完全復職

就労定着支援プログラム

復帰後も「はたさぼ」や福祉サービスを活用し、安定して働き続けられる状態を目指します。

STEP3

リハビリ
出勤

復職支援プログラム

通所が安定したら主治医・職場・家族と一緒に調整しリハビリ勤務をはじめます。

START

STEP2

通所開始

リワーク支援プログラム

通所を通して生活リズム・体力の回復を図り、再発予防に向けた取り組み・心のケアをしていきます。

STEP1

利用相談

休暇してすぐは心と体を休める自宅療養期。次の一步を踏み出したい気持ちが出てきたら、利用相談をお勧めします。利用相談では通所ペースの相談などを行います。

リワーク支援プログラム例



ウォーキング/ヨガ

心身を整えるのに運動は大切です。食欲増進や睡眠改善などの効果が期待できます。



認知行動療法

マイナス思考や、偏った考え方は気分に影響を与えます。柔軟で適応的な思考を目指します。



ストレスコーピング

自分にとってのストレスとは何かを理解し、自分に合った対処を学びます。



リカバリープレゼン

回復過程と復帰への取り組みを整理してプレゼンすることで、復帰までのイメージができます。

利用者の声

他の方との意見交換や雑談の中で、同じように「しんどい部分」があることが分かって、ホッとしました。



不安と焦りが強い
教職員の A さん（20代）

スタッフの方が妻や主治医、職場と連携してくれたので、周囲のサポートのもと安心して復帰できました。



完璧主義な
行政職の B さん（30代）

プログラムを通して、休職を繰り返す自分の「考え方のクセ」や「行動」を、振り返ることができました。



責任感が強い
会員の C さん（40代）

リワークの実績 2021.9 更新

年間利用者数

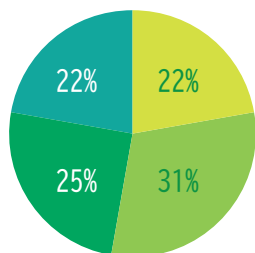
353 名

期間：2013.5-2021.3

2020年度 61名

2019年度 73名

年齢構成



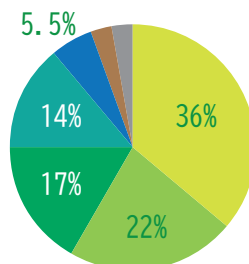
平均 36.9 歳

期間：2020.4-2021.3

- 20代 = 8名
- 30代 = 11名
- 40代 = 9名
- 50代～ = 8名

2019年度：平均 39.7 歳

職業別



期間：2020.4-2021.3

- 無職 = 13名
- 国家公務員 = 8名
- 医療看護 = 6名
- 教員 = 5名
- 地方公務員 = 2名
- 会社員 = 1名
- 介護・福祉 = 1名

復職・再就職者数

204 名

期間：2013.5-2021.3

復職者数 再就職者数

139名 65名

職場への定着率

職場復帰後の定着率

83 %

期間：2013.5-2021.3

利用のきっかけ

- 主治医 (24)
- 人事・保健士 (3)
- 産業医 (3)
- 再利用 (2)
- 家族・知人 (1)
- ホームページ (1)

復帰後のフォロー率

93 %

期間：2020.4-2021.3

再発予防として
職場復帰後も継続して
フォローアップ！

家族支援

ファミココ
family support program

「悩みや心配事」を皆で分かち合う場、
「ファミココ」を提供しています。



うつ病の当事者と共に歩むご家族のお手伝いできれば、という想いから始まった家族サポートです。同じ境遇にあるご家族同士が話し合う場、分かち合う場を定期的に提供しています。当事者を支えるご家族の悩み・心配事が解消され、家族全員がイキイキとすることが、当事者の復帰への一番の近道となります。

2022年度開催日程		テーマ
2月17日(木)	16:00~17:30	各回では家族も元気でいられるセルフケアや、当事者本人のサポートにおける関わり方など、ご家族の参考になるテーマを設けて実施しています。
4月16日(土)	9:30~11:00	
6月16日(木)	16:00~17:30	
8月18日(木)	16:00~17:30	
10月15日(土)	9:30~11:00	
12月15日(木)	16:00~17:30	

※ テーマは変更となる可能性があります。

※ 新型コロナウイルスの状況によっては、オンライン開催への変更となる場合があります。

ご家族からの個別相談もいつでも受け付けています