

令和元年度 認知行動療法プログラム

リワーク支援プログラム

名古屋市精神保健福祉センターこころぼでは、うつ病等により休職・離職している方の復職・再就職への準備性を高める「**集団認知行動療法プログラム**」を実施します。

◆プログラム実施期間（週2回/全16回）

【日程】第Ⅱ期 令和元年8月28日（水）～10月17日（木）

※令和元年度は第Ⅲ期は実施しません。

【時間】午前9時30分～午前11時30分

【曜日】水曜日・木曜日（週2回、全16回）

【定員】10名程度

◆プログラムの内容【認知行動療法を中心とした以下のプログラムを予定しています】

- ・心理教育、アサーション、行動活性化、認知再構成、問題解決技法等

◆参加費用 【無料】

◆申込手順

①見学説明会（申込をご希望の方は見学説明会にお越しください）

【日程】令和元年7月1日（月）・7月12日（金）

※事前にお電話でご予約ください（☎052-483-2095）

【時間】午前10時～午前11時

【場所】名古屋市精神保健福祉センターこころぼ

（名古屋市中村区名楽町4-7-18 中村保健センター等複合施設5階）

②必要書類の準備

見学説明会にて必要書類等をお渡しします。

③提出場所及び提出期限

下記申込期日までに必要書類をご提出ください。

【令和元年8月5日（月）※必着】

プログラムの利用対象者 ～次の条件をすべて満たす方～

- ①うつ病又はうつ病に類する疾患（統合失調症・双極Ⅰ型障害によるうつ状態は除く）により、精神科・心療内科等に通院中の方
- ②疾患のために休職・離職している方
- ③復職・再就職する意欲がある方
- ④継続した参加ができる程度に病状や生活リズムが安定している方
- ⑤主治医が当プログラムへの参加に同意している方
- ⑥見学説明会に参加された方

※ご住所が名古屋市外以外の方でも申込みいただけます。

※定員等もありますので、申込されてもご利用いただけない場合があります。

※就労経験のない方、また就労経験が学生時代のアルバイトのみの方は対象となりません。

交通案内



地下鉄東山線「中村日赤駅」
下車徒歩約10分)

【お問合せ】名古屋市精神保健福祉センターこころぼ 支援係

電話 052-483-2095 / FAX 052-483-2029