

SAVE Program とは

うつ病などの心の病による休職者が、リワーク支援（復職支援）によって復職したあと、何より大切なことは、再発しない働き方と健康管理です。復職後、職場で安定して働き続けるには、リワーク支援で再発防止に向けて学んだセルフケアを実践し維持することが不可欠となります。職場や生活のストレスと上手に付き合い続けるためには、日々の生活記録をつけ、振り返り、自らのストレスサインに気づくことが有効です。気づきは、一人で抱え込まない多くのサポートがあることが効果的です。

SAVE プログラムは、復職後のペースメーカー的な役割として、復職者のセルフケアの効果を高め、安定して働くことをご支援させていただきます。



☆SAVE プログラム支援者

復職支援に精通した産業カウンセラーが、個別担当制により、ご支援させていただきます。

☆提携専門家

- ・ 社会保険労務士
尾崎 貴子（株式会社ビジネススタイリスト）
- ・ 弁護士
笠原 麻央（長野総合法律事務所）
- ・ 精神保健福祉士、社会福祉士
加藤 直人（EAP コンサルティングセンター）
- ・ ファイナンシャルプランナー
藤堂 裕二（株式会社 FP ウェイズ）

〒537-0013

大阪市東成区大今里南 4-16-7

TEL:06-7162-4572

FAX:06-7162-4572

mail:save@npo-now.org

Self care
セルフケア
Assist
アシスト
Vocational
職業に関する
Existence
生活
Program



大阪市ボランティア活動
振興基金助成事業

リワーク支援を受けた方に
復職後のセルフケアをアシストして
職業生活を維持する
支援プログラムを提供します

<http://save.npo-now.org>

NPO 法人
カウンセリングサポートナウ

復職後のあなたをアシストします



- SAVE プログラム支援対象者は、原則として、リワーク支援を受けて復職後 3~6 ヶ月以上の就労を継続できている方が対象となります。
- 仕事やプライベートで予期せぬ強いストレスや環境変化が起きると、一人でストレスを抱え込みやすく、再発するリスクや不安が大きくなります。
- SAVE プログラムは、会社や医療機関とは違う場で、対象者の仕事と生活に寄り添い、精神疾患を抱えて働く仲間と繋がる機会をご支援させていただきます。



☆支援内容

●SAVE 会員 レギュラーメニュー(会費に含まれた支援内容)

- ・メール相談：生活記録表を活用した相談（相談回数は無制限）
- ・電話相談：事前予約制 1 回 30 分（月 2 回まで）
- ・個別面談：事前予約制 1 回 50 分（年 4 回まで）
（※5 回目以降は別途料金：1 回 4,000 円＜税別＞）
- ・定例茶話会：リラクゼーション&テーマミーティング
月 1~2 回開催 平日夜・土曜日午後
1 回 3 時間程度 事前申込制 年間 4 回まで参加無料
（※5 回目以降は別途料金：1 回 2,000 円＜税別＞）

●SAVE 会員 オプションメニュー（費用は別途料金）

- ・集団認知行動療法プログラム
- ・メンタルヘルス健康管理講座
- ・就労ストレスマネジメントワーク
- ・キャリアコンサルティング
- ・提携専門家との個別相談リファー
- ・個別オーダーメイド支援
- ・退職後の再就職相談支援 等

☆入会の流れ

- ①ホームページ「お問い合わせ」入力フォームまたは、お電話にてご連絡ください。
- ②担当者より電話連絡をさせていただき、簡単な説明と初回面談日程の調整をさせていただきます。
- ③初回面談：50 分 ※初回面談料をいただきます。
- ③初回面談後に「入会申込書」をお送りいただきます。
- ④「入会申込書」受領後、入会資格審査し「入会承認書」を送付致します。
- ⑤入会事務費+会費をお振込みください。
- ⑥入金完了後、入会通知にて翌月より会員となります。

☆費用

- 初回面談料：2,000 円
- 入会事務費：3,000 円
- SAVE 会員費＜税別＞
 - ・レギュラー：月額 5,500 円 年間一括 60,000 円
 - ・オプション：6,000 円より

