

47.1%
5年

うつ病休暇を取得した社員
約半数が5年以内に
再取得しています。

※毎日新聞デジタル版(2017年1月8日)より

たびかさなる休職は
経済的にも仕事のキャリアにも
重い負担となります。



十分回復していない
原因を解決していない
焦って急発進してしまう
仕事のストレス

これらが 再発のきっかけ
になります



2017年12月発行

支援の対象となる方

リワーク支援を受けて復職後
3~6ヶ月以上就労を継続できている方

リワーク支援を受けていないが
復職、就労をしている方

休職には至っていないが、
現在就労の継続に不安を感じている方

詳しくはお気軽
お問い合わせください。

安定した職業生活と
豊かな生き方のためにも
就労サポートは重要です。

SAVE Programは4つの支援であなたの継続的な就労をお手伝いします



メール相談

生活記録表を活用した相談。
日常生活における、
ストレス・睡眠・服薬・
コミュニケーション等。

電話相談

専属のカウンセラーが電話にて
お話を聴きします。

個別相談

専属のカウンセラーが対面にて
お話を聴きします。

定例茶話会

リラクゼーションやテーマミーテ
ィングを開催します。

同じ課題を持つ仲間たちと意見交
換を行い、孤独感をやわらげ、安
心感を得ることができます。



オプションメニュー

リワークで学ばなかった、あるいは、
もう少し勉強してみたいという方は、
ぜひ受講して下さい。

健康管理支援
復職後のキャリアプラン
基礎講座（アサーション、ワーク等）
S S T（アサーション受講後）
集団認知行動療法
＜認知的対処法＞
＜問題解決技法＞

※ オプションメニューは別料金です。

SAVE Program の詳細な支援内容および料金については、
下記までお気軽にお問い合わせください。

NPO法人

カウンセリングサポートナウ

〒537-0013

大阪市東成区大今里南4-16-7

06-7162-4572

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

 save@npo-now.org