

# 復職・再就職に向けた取り組みを ワンモアと一緒に始めませんか？

## ワンモア豊中 就労移行支援

- 所在地 〒560-0021  
大阪府豊中市本町 1-13-34  
チェリオビル 501号
- TEL 06-6852-3007
- FAX 06-6868-9656
- アクセス 阪急宝塚線 豊中駅南口より徒歩3分  
1階にカレー屋さん、2階に100円ショップのある  
ビルの5階です



## ワンモア八尾 就労移行支援

- 所在地 〒581-0802  
大阪府八尾市北本町 1-2-12  
昭和八尾ビル 3階
- TEL 072-975-5211
- FAX 072-975-5212
- アクセス 近鉄大阪線 八尾駅西口から徒歩2分



## ワンモア三宮 就労移行支援

- 所在地 〒651-0087  
兵庫県神戸市中央区御幸通 4-2-15  
三宮米本ビル 8階
- TEL 078-262-1070
- FAX 078-262-1069
- アクセス JR 三ノ宮駅より徒歩7分  
地下鉄西神・山手線 三宮駅より徒歩7分  
阪急神戸線 神戸三宮駅より徒歩10分



## ワンモア天満橋

- 所在地 〒540-0032  
大阪府大阪市中央区天満橋京町 1-1  
大阪キャッスルホテル 4階
- メンタルヘルス支援受付
- TEL 06-6941-0978
- FAX 06-6941-0981



## 総合受付

- TEL 072-970-6936 FAX 072-975-5212
- URL <http://1more.jp>
- 問い合わせ受付時間 月～金 9:45～17:30



ワンモア 就労移行支援  
メンタルヘルス支援  
カウンセリングルーム

NPO 法人日本学び協会



ぜひワンモアと一緒に始めましょう！

ワンモアは、作業療法士、臨床心理士、精神保健福祉士、キャリアカウンセラーなどの資格を持ったスタッフが相談受付やプログラムの提供を行っています。

望まない休職・離職を繰り返したり、希望するキャリア選択を諦めてしまうのではなく、もう一度、ご自身のありたい生き方や働き方を一緒に見つけていきたい…！そんな想いでワンモアは活動しています。

ワンモアは、あなたの「One more…！（もう一度…！）」という気持ちを応援します！

ワンモアでは、就労支援をするだけでなく、ワンモアを利用していただく方々と就職先の企業、スタッフが繋がり、新しい一歩を踏み出せる取り組みをしていきたいと考えています。

利用者、企業、ワンモアスタッフが多角的な視点から働く意味や支援を考え、一人ひとりの個性や特性を大切にしながら最適な支援とサポートプログラムを実施することが私たちワンモアのモットーです。

代表理事 三辻茂樹



## カウンセリングルームのご案内

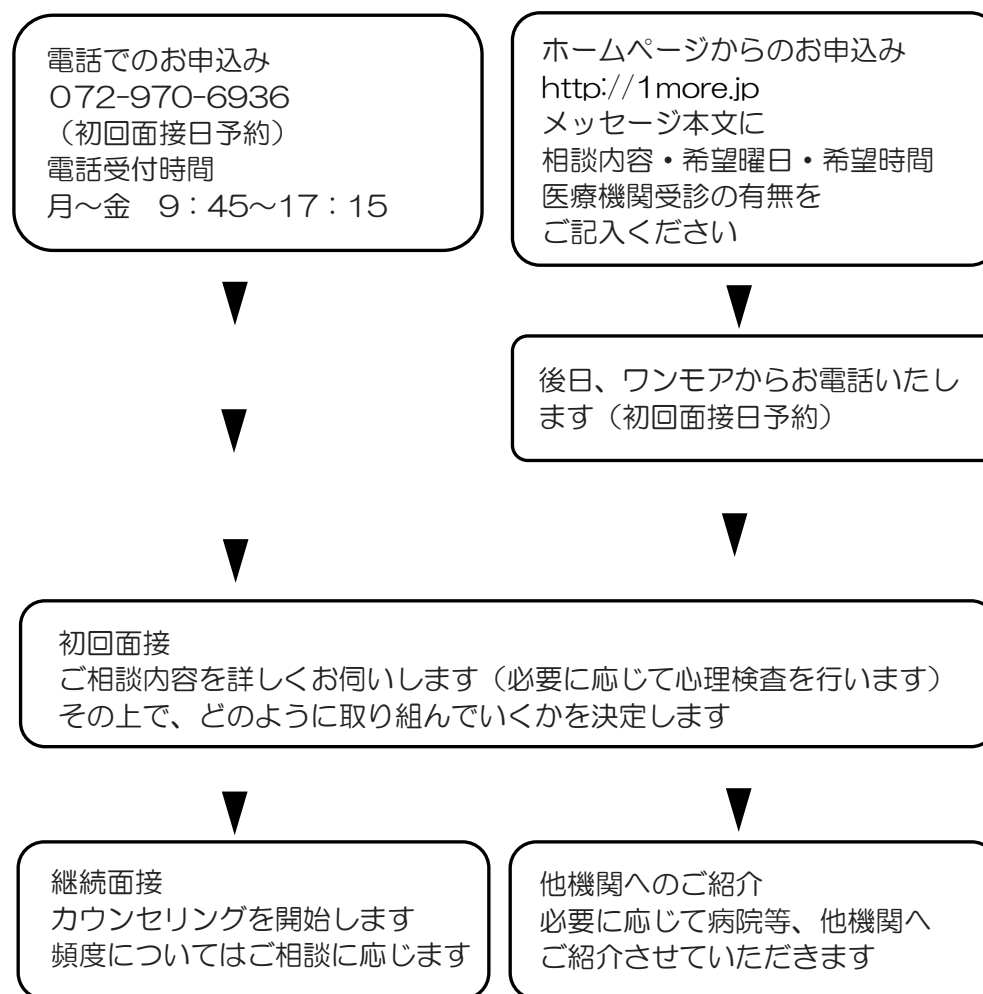
臨床心理士によるカウンセリングを実施しております。

### ● カウンセリングについて

カウンセリングルームは、完全予約制です。

事前にお電話かホームページのお問合せフォームにてご連絡ください。

### ● お申し込みの流れ

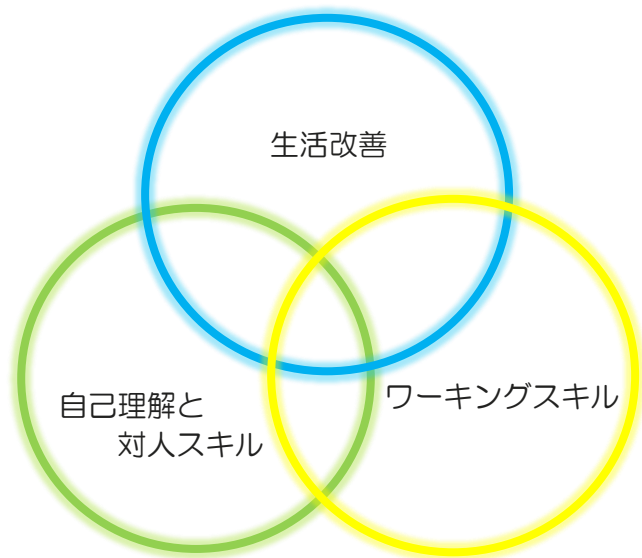


### ● 料金

一律 5,400円(料金5,000円+税400円)(50分/1回)

# 就労移行支援サービスの 利用開始から復職・再就職までの流れ

ワンモアは一人ひとりの多様な生き方や可能性を広げるプログラムを提供しています。このプログラムは「生活改善」と「ワーキングスキル」、「自己理解と対人スキル」の3つの要素から成り立っています。



## ● 生活改善

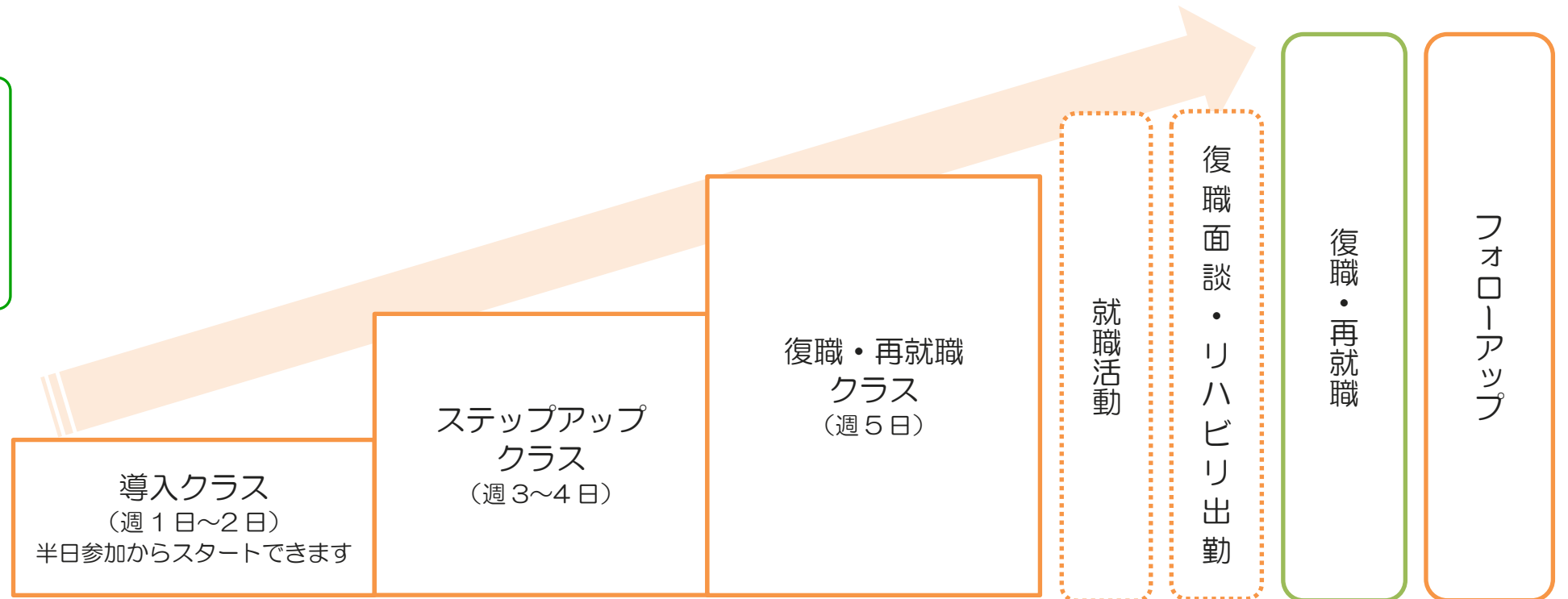
働く上で必要な生活リズムを整えていきます。ヨガ、ストレッチなどの適度な運動を行うことで、基礎体力の向上や、一定の睡眠と日中活動の習慣を作ります。また、生活記録表を用いて、ご自身の生活や気分の変化を見つけていきます。

## ● ワーキングスキル

PC作業、グループワーク、プレゼン発表などを行うことで、就労場面で必要なコミュニケーションの取り方や、ご自身に適した仕事の取り組み方を確認します。また、職場体験実習を通して、就労の準備を整えていきます。

## ● 自己理解と対人スキル

心身に表れるサインに気づき、ストレスに上手く対処する方法を身につけることを目指します。ご自身の状況を理解することから始め、様々な物事の受けとめ方や集中力、判断力といった認知機能の回復を図ります。



- 就労場面で必要な生活リズムの確立と基礎体力の向上
- コミュニケーションの実践
- 認知のパターンを知る

- 自己理解・他者理解を深める
- 様々な認知のパターンへの理解を深める
- 仕事に必要なスキルを高める

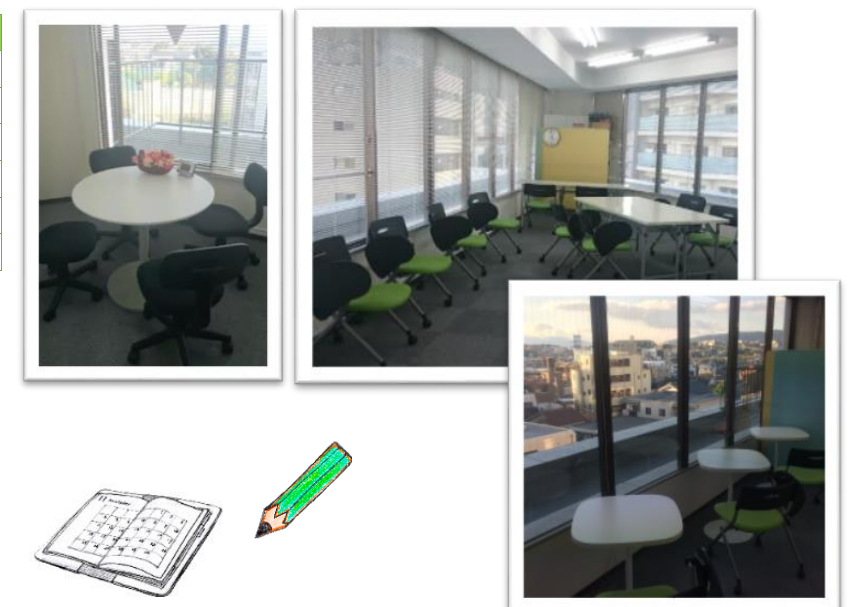
- セルフケアに関する知識とスキルの獲得
- 就労場面で必要な総合的な能力の実践と向上
- 様々な実習の実施

復職・再就職直前のサポート  
○職場・産業医との調整  
○就職活動のサポート

復職・再就職後のサポート  
○交流会の実施（土曜日）  
○面談実施（月1回）  
○職場訪問

週間予定（例）

	月	火	水	木	金	土
9:55	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼	朝礼
10:00-10:50	ヨガ	コミュニケーション	認知リハ	企画活動	生活栄養相談	交流会
11:00-11:50	個別課題	個別課題	個別課題	個別課題	個別課題	個別課題
13:00-14:30	認知行動療法	農業体験	PCスキル	コミュニケーション	プレゼン	企画活動
14:40-15:30	個別課題	個別課題	個別課題	個別課題	個別課題	個別課題
15:35	終礼	終礼	終礼	終礼	終礼	終礼



復職・再就職のサポート

企業向けメンタルヘルス

カウンセリングルーム



## 企業向けメンタルヘルスケアのご案内

障がい者雇用を通じて、誰にとっても働きやすい職場環境作りや、メンタルヘルスの向上と健康に働くことのできる会社作りをお手伝いします！

### ● サービス提供例

- 障がい者雇用のサポート  
カウンセリングの実施  
メンタルヘルスの安定・向上のための研修
- メンタルヘルスのトータルケアの実施  
ストレスチェックの実施とその対応  
従業員や管理者向けのメンタルヘルスに関する研修  
臨床心理士、管理栄養士等による健康相談ブースの設置
- メンタルヘルスに関する研修の実施  
専門家によるうつ病などの対応等の研修  
障がい者とのコミュニケーション方法の研修  
社員・従業員向けメンタルヘルスの向上促進に関する研修

### ● 費用

従業員数やサービス内容により費用が異なりますので一度お問い合わせ下さい。

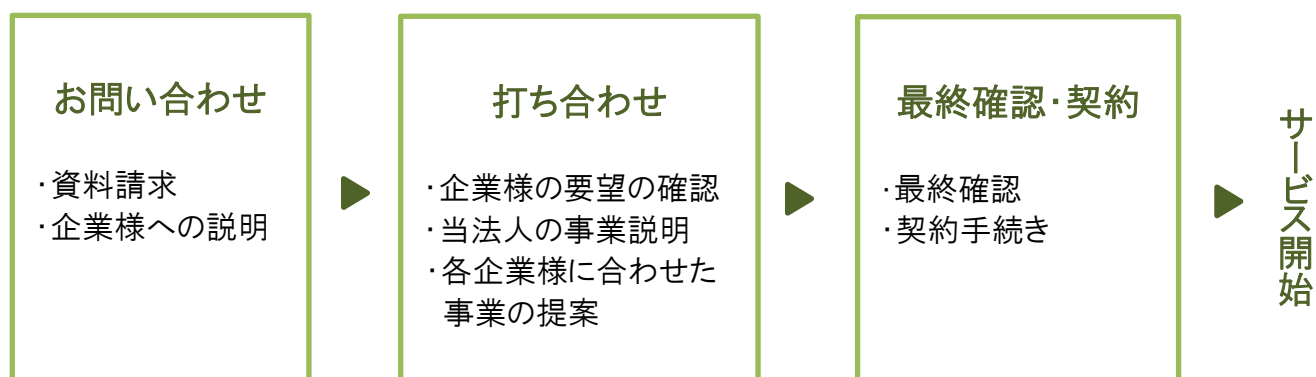
### ● お問い合わせ

ご相談は無料ですのでお気軽にお問い合わせ下さい。

電話 ワンモア総合受付 072-970-6936 (受付 9:45~17:30)  
メンタルヘルス支援受付 06-6941-0978 (受付 9:45~17:30)

ホームページ <http://1more.jp>

### ● 利用開始までの流れ



## 「就労移行支援サービス」のご案内

### ● 対象者

うつ状態等により離職もしくは休職中の方  
(うつ病、双極性障がい、統合失調症、高次脳機能障がい、発達障がいの方についても利用可能です。)

### ● 利用条件

復職、再就職の意志のある方  
ワンモアの利用規約に同意いただける方  
※障害者手帳の有無は問いません。

### ● 開所日時

月 火 水 木 金 土 9:45~16:00  
※土曜日の開所日は月により異なります。事前にお問い合わせください。

### ● 利用期間

原則2年以内(場合により最長1年の延長が可能です。)

### ● 費用

前年度の課税所得により自己負担の上限額が異なります。  
障害者総合支援法に基づき、0円から最大1割(1日約900円)の「訓練等給付費」を自己負担していただきます。

### ● 利用開始までの流れ

