

# ならしマイワーク&マイワーク

## 職場復帰後の仕事定着をサポート

再発リスクが最も高いのは“復帰後の6ヶ月間”です。

BowLでは復職した方向けに「ならしマイワーク」と「マイワーク」を提供しています。再発せずに自分らしい働き方を実現するための継続サポートです。

リワーク

職場  
復帰

ならしマイワーク  
(6ヶ月)

マイワーク  
(最大3年)

職場復帰後、働きながらリワークで学んだスキルの実践をサポートします

### 4つのサポート

#### ① メンテ・グループ

月1回のペースで対話会を開催。同じように働く仲間のリアルな話を共有し合える時間です。

#### ② メンテ・パーソナル

月に一度、専門スタッフと個別に専用のシートを活用して振り返りを行います。

#### ③ 職場連携

本人も職場の皆さんも働きやすい環境を目指すために、定期的に職場で「対話の機会」を作ります。

#### ④ rich time cafe

毎月1回開催する BowL のカフェタイムです。お茶を飲んだり、会話を楽しんだり、ヨガで体を整えたりと、自分のリズムを大切にしながら過ごせる時間です。



利  
用  
料

ならしマイワーク 6,600円(税込)/月 (6ヶ月)

マイワーク 3,100~4,000円(税込)/月 (最大3年)

※6ヶ月契約が基本となります。※利用料は実施した翌月にご指定の口座より引き落とされます。

※引き落とし手数料は申込者の負担となります。