

事例

休職者からリワーク施設の 利用希望がありました

上司からの相談

弊社のAさん（30代：男性、抑うつ症状）は、現在2度目の休業中でもうすぐ1年になり、傷病手当金の受給もあと6カ月で終わってしまいます。

Aさんは非常にこだわりが強く完璧主義ですが、状態のよいときは仕事を任せることもできていました。1回目の休業のきっかけは、事務担当からIT関連担当に業務内容が変わったことでした。そのため、復帰の際には事務担当に戻り、その後の経過もよかったのですが、わずか5カ月後に再休業となってしまいました。

最近、強い焦燥感やイライラ感などの症状も改善してきているとのことですが、Aさん自身も不安があるようで、「公的なリワークの訓練を受けてから復帰したい」と相談がありました。あと6カ月で休職期間も満了です。どのような対応をすればよいか教えてください。

対応

主治医との連携を深め、産業医とも相談しながら、 社会的資源を活用しましょう

Aさん自身がリワーク支援を希望されていること、2回目の休業、さらに長期にわたっていることを考えると、再発防止も含めて、ぜひリワークを受けていただくことをお勧めしたいと思います。

全国にある障害者職業センターでは、無料でリワーク支援を行っています。申込みの際には、本人の希望、主治医の合意、事業場に復帰する見込みがあること等を確認されます。長い目でみれば、休職期間満了までの6カ月間を有効に活用する手立てとして確実性が高いと思います。自己を振り返るチャンスとして捉えていただくといいですね。

リワーク支援の利用にあたって

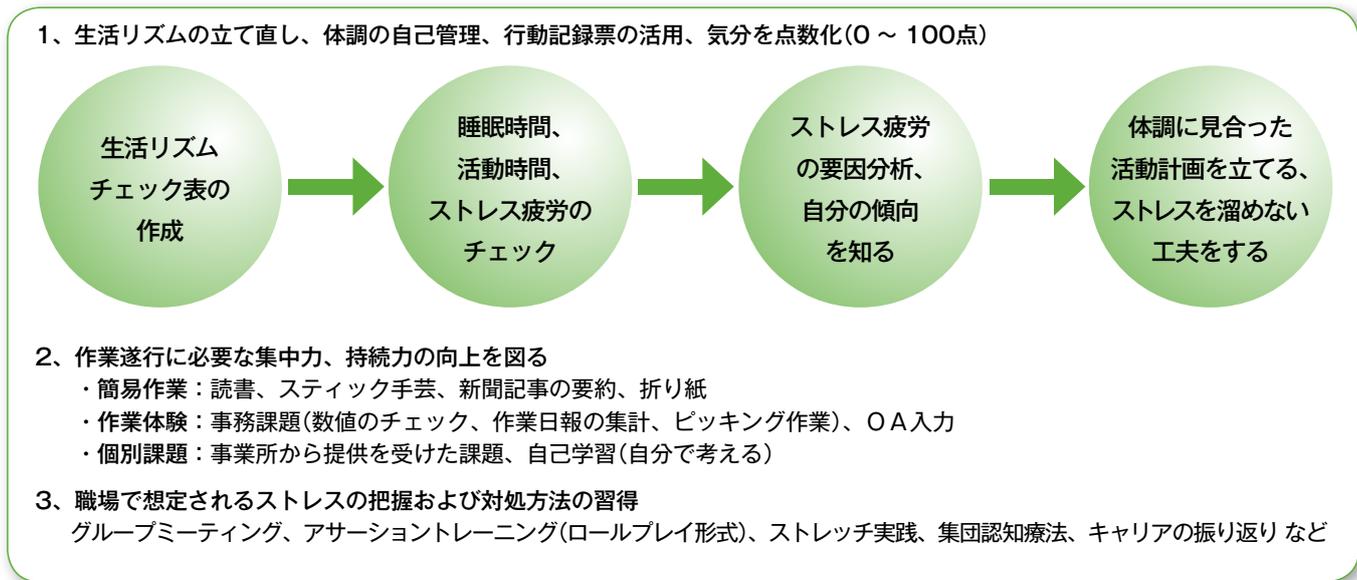
職場復帰の基本でありますように、リワーク支援の利用にあたって、時期や状態、生活リズム・睡眠リズムを整え、毎日決まった時間に通うことが、まずは必要な条件です。

リワーク支援には3週間の体験コース、3カ月間の

本コース等があります。実施前には、説明会や担当カウンセラーとの面談等も行われます。まずは説明会に休業された方と一緒に参加して、実態を知ることから始めましょう。担当カウンセラーは、主治医訪問や職場訪問で状況確認を行います。ぜひ職場の責任者の方にも同席していただき、リワーク支援の説明や具体的な復帰目標等について話し合い、協力・連携されていくことがよろしいでしょう。担当者が1人で抱え込むより力強い職場復帰支援の手立てとなります。今後、職場復帰支援プログラムを作成する際にも組織的な対応としてリワーク支援を位置づけていくことも一つの考えになると思います。

再発した経緯には、体力等がついていなかったのか、何か耐性以上の出来事があったのか、個々により違いはあるでしょうが、環境の変化もそれなりに負荷になるといわれています。その辺りの振り返りをしながら、リワーク支援の利用に関して、よく話し合って利用機関の担当カウンセラーと相談されるといいですね。

図. リワーク支援のポイントの一例



リワーク支援利用開始後の対応

リワーク支援の利用を開始すると、利用機関との適宜話し合いや進捗状況の報告があります。復帰が近づけば設定した目標への取組みについての評価的な報告もあります。その状況により今後の業務内容や復帰開始日などの目安ができ、本人も職場復帰への不安が取り除かれ、自信にもつながります。社内のメンタルヘルス担当者が寄り添うことが大きな力にもなり、職場復帰の実現性が高まると思います。職場と主治医の先生との連携を深め、産業医の先生とも相談しながら、組織的に社会的資源を活用しましょう。

また、リワーク支援の場では、新たな方々との出会いがあり、コミュニケーションの取り方の学びにもなります。お互いの関わりから、Aさん自身の状態を鏡のように映し出すことにもなるかもしれません。また、ものの考え方、受け止め方など、認知に関する問題がよくあります。これは新たな自己発見にもつながり、生きにくさなどについても一緒に考えるいい機会にもなると思います。集団であることからのグループダイナミクス之力、お互いの気持ちを分かち合える場もなり得るでしょう。居場所ができることと同時に自己肯定感なども育てられることを大いに期待したいと思います。実践しながら自己成長が見られることに、このリワーク支援の大きな意味があると思います。

リワーク支援に関しては医療機関でも実施するとこ

ろが増えてきています。あるクリニックの例をみますと、リワークデイケアという形で実施しており、治療と組み合わせ、急性期(3カ月)、持続療法(3～6カ月)、維持療法(1～2年)という形で多種多様なプログラムを実施して職場復帰へつなぐフォローをしています。担当スタッフを決めて長い期間で一人ひとりの状態に合わせて行っています。費用については有料ですが、1割負担で1日800円くらいです。

医療機関でのリワークは、主治医の下で実施可能であればできますが、すべての機関で実施している状況ではないため、主治医の先生と連携しながらできる公的機関を活用できるといいですね。

なお、(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構職業リハビリテーション部の方の学会誌報告には、平成24年度の職場復帰率83.5%とあります。

現状として、公的機関をすぐに利用できないほど利用者が多く、待つこともあるようです。早めに申込み等をされて、この6カ月間をうまく活用しましょう。

参 考

- ◆(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構：職場復帰支援(リワーク支援)～ご利用者の声～
http://www.jeed.or.jp/disability/person/download/rework_pamphlet.pdf
- ◆(独)高齢・障害・求職者雇用支援機構：施設一覧 地域センター(地域障害者職業センター所在地一覧)
<http://www.jeed.or.jp/location/chiiki/index.html>
- ◆うつ病リワーク研究会：リワーク施設一覧
<http://www.utsu-rework.org/list/members/alllist.pdf>