No. 31

はあとぽーと通信

仙台市精神保健福祉総合センター

URL
http://www.city.sendai.jp/kenkou/seishinhoken/heartport/index.html

発行　2008年１月１日

編集　仙台市精神保健福祉総合センター
（はあとぽーと仙台）
仙台市青葉区荒巻字三居沢1-6
電話　022-265-2191

「うつ病などによる休職からの職場復帰を円滑にすすめるために」
－宮城障害者職業センターのリワーク支援－

独立行政法人高齢・障害者雇用支援機構　宮城障害者職業センター　所長　萩原　治

１．はじめに（リワーク支援の背景）

独立行政法人高齢・障害者雇用支援機構　宮城障害者職業センター（以下、「職業センター」という）では、地域の障害をお持ちの方や事業主の方へ、さまざまな職業リハビリテーションサービスを提供しております。この中で、統合失調症を中心とする精神疾患をお持ちの方については、職業相談に始まるアセスメント（現状の整理と方向性の確認）をベースに、職業準備性を高める職業準備支援や職場に直接訪問して行うジョブコーチ支援など、主に新規雇用に係る支援を行ってきました。

しかし近年、労働市場や就業環境の大きな変化に伴って、在職中に心身の不調を訴えて休職している方のご相談が増加する傾向が見られるようになりました。

こうした状況を受けて、職業センターでは平成17年10月から、職場に復帰するための専門的な援助（リワーク支援）を開始しました。

２．リワーク支援の概要

リワーク支援は、うつ病などにより休職中の方に対して、①雇用事業主がご本人の復職について前向きな意向を持ち、実施に関して協力していただけること、②主治医が職場復帰のための活動について了解（病状から無理がないと判断）していることを事前に障害者職業カウンセラーがコーディネイトし、個別にカリキュラムを作成して実施します。

基本的な内容は、以下のとおりになります。

（１）ウオーミングアップ

自宅療養が続いて生活のリズムが不規則、体力低下も心配な場合は、スケジュールに沿って、職業センターに通所しながら生活リズムの立て直しを目指します。段階的にスケジュールを調整し、職業センターに来所した際は、個別に作業等を設定します。

（２）ストレス対処

職場復帰にあたって緊張や不安が強く、報告、連絡、相談の基本的スキル等がうまくコントロールできない場合は、グループミーティング（基本的に週２回午後、２時間半程度）や個別相談により、ストレス対処のバリエーションを拡げつつ、コントロール方法（認知療法などを活用します）の体得を目指します。

（３）リハビリ出勤

いきなり職場復帰して、きちんと仕事ができるか不安な場合や、何から仕事を始めればよいかわからない場合は、必要に応じてリハビリ出勤支援を計画し、段階的な復帰を目指します。リハビリ出勤は、雇用事業主の協力を得て、休職中のまま（もしくは職場復帰後の緩和勤務時に）職業センターが設定し、段階的な職場における作業体験や上司、同僚との交流をしていくことで、職場での適応性の向上を図る支援です。１カ月間～３カ月間設定して実施しています（実施しないで職場復帰となったケースもあります）。

（４）キャリアの調整

職場復帰後の仕事の進め方がわからない、雇用事業主との話し合いがうまくできない場合は、セルフケアの方法を整理したうえで、雇用事業主と協力して職務内容等の設定を助言します。

（５）フォローアップ

職場復帰後も月に１回程度、定期的に職業センターに来所、または職業センターが事業所を訪問して継続的に職場におけるコミュニケーションや役割の整理（負荷、明確さ、葛藤）を事業所、本人と相談します。

３．実施状況

開始以来、コーディネイト件数は50ケースを超えました。うち終了者のほとんどが復職されています。コーディネートのみで職場復帰した方もいらっしゃいます。利用していただいている方は、休職（事業所の就業規則により、年休、病休、欠勤等まちまちですが、疾病の治療を理由に出勤していない状態）しており、年齢は20代から50代と幅広く、うつ病などの精神疾患の方です。精神保健福祉手帳取得の有無による利用の制限はありません。また、精神疾患の罹病歴として、入院治療の経験がある方、初発で通院による薬物療法中心の方、過去に複数回休職している方と状況はさまざまです。

（次ページにつづく）

ナイトライン
年中無休
(022)217-2279
時間 18:00~22:00

こころの健康について電話でご相談ください。

はあとライン
平日のみ
(022)265-2229
時間 AM10:00~12:00 PM13:00~16:00