

# うつ病等による休職者の職場復帰を支援します

鳥取障害者職業センターでは、「うつ病等のメンタル疾患により仕事を休んでいる方」の円滑な職場復帰のために、主治医との連携の元、職場復帰に向けたプラン作り(リワークコーディネート)と、実際に職場復帰に向けたウォーミングアップとしてセンターに通所しながらプログラムをうけていただくサービス(リワーク支援)を実施しています。なお、職場復帰支援は本人、企業ともに無料でご利用いただけます。

## リワークコーディネート

コーディネートで必要とされた方を対象に

## リワーク支援

本人・企業・主治医の三者から復職を進めていく予定であることを確認した後、三者からの情報収集・相談を通じ、復職に向けた課題点等を整理し、復職の進め方について提案していきます。

### 本人



面接・相談により、職場復帰への課題等を把握・整理します。  
職場復帰に向けた情報提供を行います。

### 企業



面談等により、職場復帰に向けての事業所状況の分析や復帰受け入れに当たっての事業所の課題を整理します。

### 主治医



現在の治療状況や今後の治療方針、本人の特性等を情報収集すると共に、復職支援を進めるに当たっての協力について確認します。

支援計画を作成し、本人・企業・主治医の三者による同意を得てスタートします。

### 本人



当センターに通所して、プログラムを受講していただきます。支援日数や支援時間は個別に設定します。下記のとおり目的に応じたプログラムを用意しています。

＜生活リズムの立て直し＞  
生活リズム(睡眠や食事)、気分・疲労等のチェック  
＜体力・集中力の向上＞  
作業課題(脳トレ、読書、計算、事務・OA、プレゼンテーションなどの個別作業、ウォーキング等)  
＜ストレス場面での対処方法の向上＞  
グループミーティング、コミュニケーションのトレーニング(アサーショントレーニング)、認知療法を援用したプログラム、ストレス対処法の講座 など

### 企業



定期的な面談・連絡等により、進捗状況を確認いただきながら、円滑な復帰受け入れのための支援を行います。

### 主治医



対象者の症状の管理を行っていただくほか、当支援の効果的な進捗状況に対する協力をお願いします。

■ 専門のカウンセラーが、本人(家族)、企業、主治医と相談しながら支援を進めていきます。

■ この支援は、「うつ病等により仕事を休んでいる方」のための支援です。再就職を目指される方には、その他の支援プログラムを提案することができます。

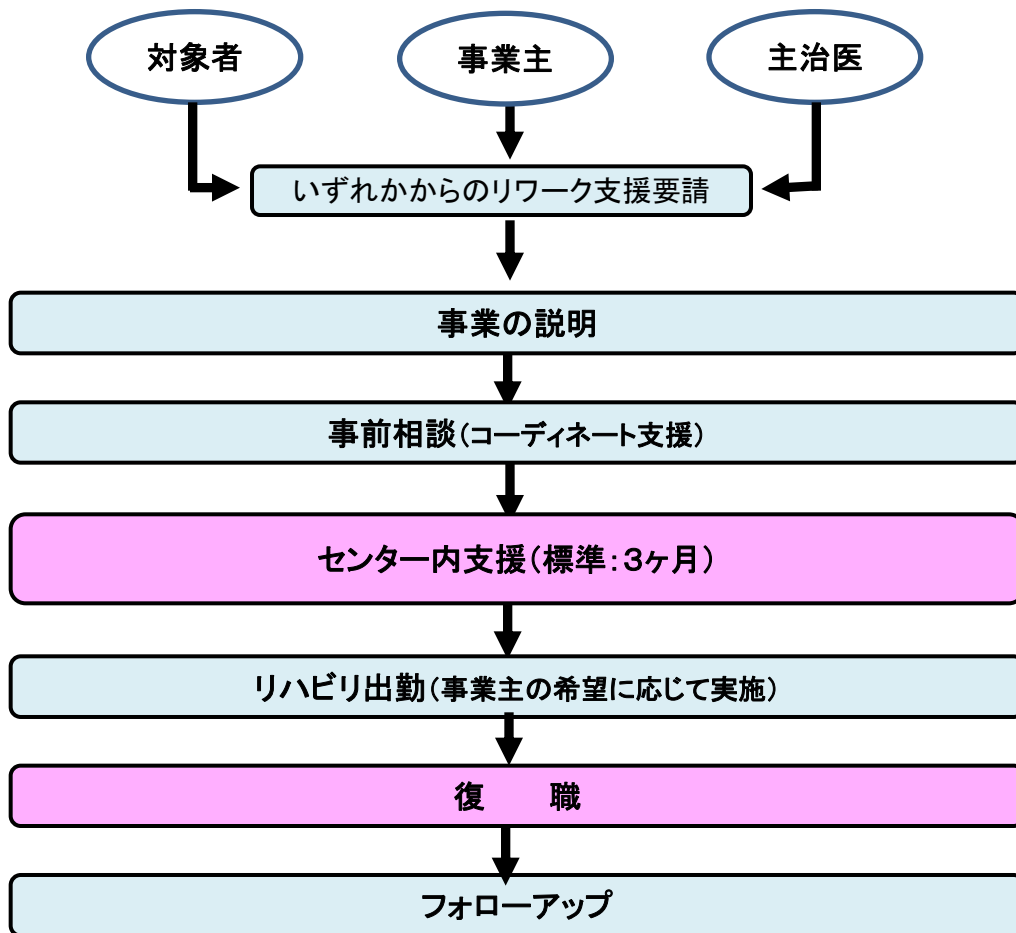
■ プライバシーに配慮し、インフォームド・コンセント(説明と同意)に基づいた対応を行います。

## 参加の要件

- ① 休職期間が概ね半年以上あること(ただし、状況に応じて3ヶ月程度でも相談に応じます)
- ② 回復期にあり、症状が安定していること
- ③ 服薬等の自己管理ができていること
- ④ 休職者ご本人が復職を希望しており、職場復帰に向けたリワーク支援の受講を希望していること
- ⑤ 事業主が、休職者を職場復帰させる意思があり、職場復帰のために職業センターの支援を受けることに同意していること
- ⑥ 主治医が、対象者の職場復帰に向けての活動、及び職業センターの支援を受けることを認めていること

※公務員の方は対象となりません

## リワーク支援の流れ



★ まず、支援内容のご説明のみを行うことも可能です

★ 米子地域においては、出張によるリワーク支援を実施しています

★ お問い合わせ・ご相談は…

鳥取障害者職業センター  
(鳥取市吉方189)

TEL: 0857-22-0260  
e-mail: tottori-ctr@jeed.or.jp  
URL: <http://www.jeed.or.jp>