

# リワーク(職場復帰) 支援のご案内

働き盛りのメンタル不調者は年々増加しています。  
それに伴い、休職者の復職の問題も大きなテーマとなっています。  
一方で、復職しながらも再発、再休職に至る方も多く、  
復職に向けた準備と、復職後の再発予防が重要になります。

徳島障害者職業センターでは、うつ病などで休職されている方のスムーズな  
職場復帰をお手伝いするためのプログラム(リワーク支援)を実施しています。

## リワーク支援の特徴

### 生活リズム・体力・集中力の回復

リワーク支援へ通所し、さまざまな作業に取り組むことで「働くリズム」を取り戻し、復職に必要な体力、集中力、持続力などの回復を図ることができます。

### 再発予防のための振り返りと 対処方法の検討

これまでの働き方やストレス状況の振り返り、物事の捉え方や問題への対処方法の再検討、コミュニケーションスキルの向上など、復職後、再発を予防するためのグループミーティングや講座を行っています。

### 休職者・事業主・主治医との橋渡し

リワーク支援では、支援開始前及び支援期間中に、休職者・事業主・主治医と復職に向けた意向を確認し、調整を行います。直接やり取りができない場合でも、リワーク支援を通じてお互いに情報交換を行うことができます。

### 復職に向けた準備状況の把握

リワーク支援への通所、プログラムへの取り組み、作業遂行状況など、復職に向けた準備状況を実績として把握することができます。

### 事業主への支援とリハビリ出勤

リワーク支援への通所を通じて把握した、休職者の回復状況や復職準備状況をもとに、復職にあたっての職場環境や職務内容の検討、配慮事項などについて助言し、スムーズな受け入れに向けた支援を行います。

また、必要に応じて、リワーク支援の一環として復職前にリハビリ出勤を行うこともできます。

### ご利用は無料

リワーク支援の利用料、相談料は無料です。交通費や昼食代は自己負担となります。

## リワーク支援を受けるには？

職業センターでご相談の上、利用を決定します。相談は随時受け付けています。  
リワーク支援を利用できる要件は以下のとおりです。

- 症状がある程度落ち着いており、主治医が職場復帰のための活動を開始することを了解していること
- 休職者、事業主、主治医の三者がリワーク支援を利用した上で復職することに同意をしていること
- 事業所が雇用保険適用事業所であること(公務員の方は利用できません)

※すでに会社を退職した方、主治医からまだ休養が必要と判断されている方は対象になりません。

※リワーク支援を活用しない場合にも、復職に向けた相談に応じます。

