東京都知事部局における復職支援

－休職中のグループ支援の取り組みから－

○岡安玲・木之下みやま・湯浅豊

(東京都職員共済組合)

キーワード: 精神疾患・職場復帰・グループ支援プログラム

Support for workers to return to their workplaces with mental disease in Tokyo Metropolitan Government

-Support Group for workers on long-time absence-

Rei OKAYASU, Miyama KINOSHITA, Yutaka YUASA

(Secretariat to Mutual Benefit Association for Tokyo Metropolitan Government Employees)

Key words: Mental Disease, Reappointment, Group support program

はじめに

東京都知事部局（職員数 約 24,000 人）では、円滑な復職のために、精神疾患による病気休職者を対象として 1999 年より休職中のリハビリ出勤制度である職場復帰訓練制度（以下、復帰訓練）が設けられている。しかし、円滑に復職を果たす職員がいる一方で、復帰訓練の中断や、再休職に入ってしまう職員も少なからずいる（濱野他 2009、木之下他 2010）。

そこで東京都知事部局では 2010 年よりグループ支援事業「復職ウォーミングアップセミナー」（以下セミナー）を開始した。セミナーは復帰訓練の前に実施され、より早い時期から復職の準備を整える支援を行うことが可能である。セミナーは参加希望者によるグループを構成し、週 1 回、1 回あたり 1 時間 30 分のグループ指導を行い、5 回をもって 1 クールとしている。参加資格は復帰訓練前の休職中の職員で、ある程度症状が安定し、主治医の許可を得ている者である。セミナーは(1)復職準備性（生活リズム、通勤を含めた体力、集中力など）の改善、(2)不安、焦燥、孤独感などの軽減、(3)円滑な職場復帰訓練への導入、(4)復職後の再発予防を目的としている。また、グループ指導と並行して、担当相談員が別途個別面接を実施し、セミナーの振り返りや自己理解の促進を図っている。セミナープログラムについては Table 1 に示す。

Table 1 復職ウォーミングアップセミナープログラム

日程	内容
第一回	病気についての基礎知識
第二回	生活リズムについて
第三回	事例を通して職場復帰について考える
第四回	生活リズムを中心とした意見交換
第五回	職場復帰訓練について

目 的

本研究では、復職に及ぼすセミナー参加の効果について検討することを目的とした。

方 法

対象は 2010 年 4 月から 2012 年の 3 月まで復帰訓練を実施した 185 名の中で、2010 年 4 月から開始されたセミナーに参加した者（55 名）およびセミナーに参加しなかった者（130 名）である。この内、職場復帰訓練を終えて復職した者（復職成功）および復職に至らずに休職を延長した者（復職失敗）について χ^2 乗検定により比較した。

結 果・考 察

χ^2 乗検定の結果、セミナーに参加した者はセミナーに参加しなかった者と比較して有意に復職に成功する率が高かった ($p < 0.05$)。結果を table 2 及び Figure 1 に示す。このことから、セミナーのプログラムは、スムーズな復職に一定の効果があることが示唆された。

本研究では具体的にどのセミナープログラムが効果的であったかということについては検討していないが、セミナー参加により、自身の現在の状況を客観的に把握することが出来るようになったり、復帰訓練開始の判断が適切にできるようになったりしたことが復職準備性の向上につながり、円滑な復職に寄与したのではないかと考えられる。

なお、今回の調査では、復帰訓練の成功率に関しては効果が見られたが、復職後の経過は追っていないため、再発予防という観点からは更なる追跡調査と研究が必要と考えられる。

Table 2 セミナー参加と復職成功・失敗の関係(人数)

	復職成功	復職失敗	
セミナー参加あり	50	5	0.043*
セミナー参加なし	102	28	

* $p < 0.05$

Figure 1 セミナー参加と復職成功・失敗の関係(割合)

引用文献

濱野理恵他（2009）東京都における職場復帰訓練の概要と精神保健相談員の活動（1）－精神保健相談員の活動－，日本心理学会第 73 回大会発表論文集, p.1317

木之下みやま他（2010）東京都における職場復帰訓練とその成果 日本心理学会第 74 回大会発表論文集, p.1289