

## リワークにおける復職後の 就労継続を目指す試み ～フォローアップセッションの工夫～

リワーク ヴィレッジ

○清水陽平、松田慎子、八木こずえ、中島公博

## 五稜会病院におけるリワークプログラム “リワーク ヴィレッジ”

- 2007年開設、現在は週3回開催。
- 気分障害圏の休職者・離職者の復職を支援するプログラム。
- 長期の就労(再発・再休職の防止)が最終的な目標であるため、**復職後のフォローアップが重要と考えている。**
- 開設から2011年2月までに、計14回の復職者に対するフォローアップを行なった。

これまでの実践経過から、当院のフォローアップが果たしている機能について考察することを目的とした。

## フォローアップセッション(以下フォローアップ)の 概要

### <構成>

復職者だけでなく、現通所者も参加できる交流会形式。  
E-mailで開催案内の送付と参加申し込みを行なう。

### <頻度>

2～3か月に一度、土曜日の午後に開催。

### <セッション内容>

- ・自己紹介(近況報告、リワーク在籍時期など)
- ・メンテナンスプログラム(コラム法、アサーティブネス・トレーニング、テーマディスカッションなど)
- ・質疑応答(現通所者→復職者へ)
- ・復職者の体験談の発表
- ・3か月後の自分への手紙(不参加の場合は郵送)

## 方法

### 【対象者】

- 復職者33名(男性24名、女性9名、平均年齢は36.8±8.21歳)。
- 参加者の診断は約9割が気分障害圏。
- フォローアップへの平均参加者数は8.4人(現通所者:3.5人、復職者:4.9人)である。

### 【アンケート分析】

- フォローアップへの参加が役に立ったと感じることについての自由記述アンケートの内容を検討した(計14回、復職者68名分)。

### 【フォローアップへの参加と就労継続率】

- 復職後1年以内にフォローアップに1回以上参加した群と、不参加群の1年間の就労継続率を調べた。

## 結果①(アンケート分析)

『来られる場所があってよかったとしみじみ感じた。』  
『仕事が嫌になっていた時期もあり、体調も崩していたが頑張っている仲間がいるから、来週からまた頑張ろうと思えた。』

安心できる場所、  
不安を共有  
できる場所

『認知行動療法で自分の悩みを客観的に見ることができた。』  
『少し急ぎ過ぎていた自分を発見した。』  
『立ち止まるきっかけの一つになっている。』

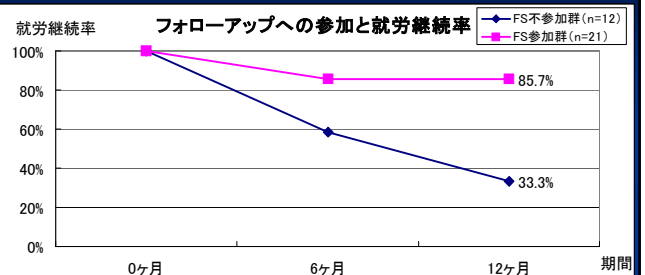
自分の現在の  
状態を振り返る  
きっかけ

『復職した頃のことを思い出し、改めて自分を褒めたいと思った。』  
『3か月前の手紙を読んで、自分の変化がわかってびっくりしたし、良かった。』

以前の自分との  
違いや、成長し  
ている点を認識

- アンケートでの反応は3つのタイプに分類できた。

## 結果②(フォローアップへの参加と就労継続率)



- 復職後1年以内のフォローアップに一度でも参加した復職者の方が、参加しなかった復職者に比べ、12ヶ月経過時点での就労継続率が高かった。

### 考察①

＜フォローアップの機能＞

- 復職者同士がお互いの元気な姿を確認し合うことが励みになっている。  
→情緒的な相互サポート
- 復職後のストレスの自覚、現在の対処法の認識、他の対処法のアイデアを他の参加者から聞くことができる。  
→ストレスの客観視、対処スキルの検討
- 現通所者との交流から、以前の自分の姿を思い出し、就労している現在の自分との違いを実感できる。  
→自己成長の再認識



自尊心、自己肯定感の向上

危機回避のための自己調整

### 考察②

＜フォローアップへの参加と就労継続について＞

- フォローアップへ参加している復職者の方が、就労継続率が高かった。  
→復職後1年間は再発リスクが非常に高い時期であるため、復職後も継続的にフォローアップへ参加し定期的なセルフチェックを行なうことで、再発リスクの軽減や就労継続に結びついていると考えられる。



復職後もフォローアップへの参加を勧めることが有益になる

### おわりに

＜まとめ＞

- アンケートや就労継続率の分析から、当院のフォローアップは自尊心・自己肯定感の向上や、危機回避につながる自己調整機能を果たし、就労継続や再発予防へ一定の効果があることが示唆された。

＜今後の課題＞

- 開催頻度の増加(2~3ヵ月ごと→1ヶ月ごと)。
- 内容の充実(効果的な再発予防)。
- 統計的な検討がされていないこと。