

病後の職場復帰

概要

- 長期間の病気欠勤後に職場に復帰することが困難に感じられるのはごく普通のことです。
- 復帰後にどのような作業が可能かを前もって医師に尋ねるとともに、会社の方針を人事部に確認してください。
- 必要であれば、適切なサポートが受けられるよう雇用主と相談し、職場復帰のステップを決めてください。

病後の職場復帰

長期間の病気欠勤後に仕事に戻ることは、大変気が重いものです。一日中勤務する肉体的な負担に耐えられるかどうか心配になることでしょう。あるいは、書類やメールに負われる場所に戻ることを想像して、恐怖を感じるかもしれません。このファクトシートでは、職場に復帰すると何が起こるのか、また、可能な選択肢のいくつかを説明します。

復帰する前に

仕事に復帰する前に医師に相談してください。完全に職務復帰できる状態であると考えられているのか、または職場復帰が条件付きなのか確認しましょう。大半の組織では、何らかの形の職場復帰手順が設けられています。したがって、復帰前に上司または人事部に連絡して、会社の方針を確認することが賢明です。

 復帰時

復職時に会社から面談を求められる場合があります。これは両者にとって、病気の時期を振り返る機会となります。また雇用主が、職場環境があなたの健康障害に何らかの影響を与えたかどうかを確認したいと考えている可能性もあります。

さらにこの面談は、将来を見据える機会でもあります。あなたが完全に回復し、フルに仕事をこなす意欲があることを会社に証明することができます。仕事量が多すぎて前の状態に戻ってしまうのではないかという不安があれば、そのことを説明するとよいでしょう。

 職場復帰のステップ

雇用主は、あなたと協力して、以下のような職場復帰の段階を考えてくれるかもしれません。

- パートタイムとして勤務する期間
- 同僚が当面あなたの職務の一部をサポートするという合意
- 病気によってある程度の障害が残った場合、職場環境の変革
- 労働衛生チームからのアドバイス

特に体調が悪かった場合、しばらく仕事を休んだ後に仕事に復帰することが困難に思えるのはごく普通のことです。しかし、適切なサポートがあれば、現実的な期待事項を見極めることができるとともに、雇用主と協力のもと、皆にとって可能な限りスムーズに復帰が可能かを見極めることができます。

**必要な時に必要なサポートを**

その他のクリティカルサポートに関するリソースと情報の詳細は、optumwellbeing.com/criticalsupportcenterをご覧ください。



本プログラムは、緊急事態や応急措置を要する場合には使用しないでください。緊急時には、現地の緊急サービス番号に電話をするか、最寄りの救急救命センターに行くようにしてください。また、本プログラムは、医師や専門家による診療に代わるものではありません。本プログラムとこれに含まれる内容は、一部の地域では利用できないことがあります。適用範囲の除外や制限が適用される可能性があります。