所属学校における職場復帰訓練（学校訓練）

＊公益社団法人東京都教職員互助会に委託して実施します。

学校訓練は、東京都教育委員会が設置する「リワークプラザ東京」が実施します。

- 申込後に作成する段階的なプログラムに沿って、復職アドバイザー（公認心理師または臨床心理士）が学校訓問等を行い、状況を確認しながら進めます。（管理監督者経験者が同行する場合があります。）
- 開始・終了時には、医師による面接を行います。
- 訓練中は、傷害保険に加入します。
- 復職後6か月以内に復職アドバイザーが学校訪問しフォローを行います。

対　　象　メンタルヘルス不調（精神疾患）により休職中の正規任用教員のうち、医療機関訓練を終了した方または自宅療養段階を終え病状が回復し復職を目指している方

受　　付　随　時

実施場所　所属学校

内　　容　〈プログラム例〉

	第１段階	第２段階	第３段階
目標	＜職場の雰囲気に慣れる＞ 心身の状態を振り返りながら通勤・職場に慣れる。	＜教職を視野に入れる＞ 教職員・児童生徒とのコミュニケーションを図る。	＜教壇に立つ＞ 通常勤務を継続する。
内容（例）	週３日、半日程度 パソコン練習等の軽作業	週４～５日程度 授業参観、給食・清掃指導等	週５日（ほぼ全日） 管理職の下、授業の実施等

申請の手続き

①所属を通して申請書類を提出します。参加を希望される方は、学校長にお申し出ください。
②申込後、復職アドバイザーが学校訪問し、プログラム案を作成します。
③リワークプラザ東京において、開始面接（本人・管理職同席）を行います。
④開始決定通知を送付します。※不承認の場合もあります。
★プログラムの期間は、約3か月間が標準です。プログラム作成、面接、事務手続期間等を含めて6か月程度要します。休職期間や復職予定時期等を確認し、余裕をもって申請してください。

実施の流れ

- **申　　請**　本人→所属学校→学校経営支援センターまたは区市町村教育委員会→リワークプラザ東京に申請書類を提出
- **プログラム作成**　復職アドバイザーが学校訪問し本人・管理職同席でプログラムを作成
- **開始面接**　医師による面接を実施（本人・管理職同席）
  - 《開始通知》※開始決定通知を送付
- **プログラム参加**　第１段階・第2段階・第3段階
  各段階終了時には、復職アドバイザーが学校訪問し状況確認を行います。
- **終了面接**　医師による面接を実施（本人・管理職同席）
  - 《終了通知》※終了通知を送付
- **復職手続へ**　復職予定日の 40 日前頃までに復職手続
  ※復職後6か月以内に復職アドバイザーがフォロー訪問

※開始通知及び終了通知は所属（都立学校又は区市町村教育委員会）宛て通知します。

問合せ・申込
リワークプラザ東京
東京都千代田区
神田駿河台2-3-12
池坊東京会館2階
電話
03-5577-6197
（受付時間　平日　午前9時30分から午後5時まで）

東京都教育委員会が行うメンタルヘルスに関する相談窓口・訪問相談についてのご案内です。

相談窓口

医師、公認心理師または臨床心理士がこころの悩みに関する相談をお受けします。
※ソーシャルアドバンス株式会社に委託して実施します。（精神保健相談（面接相談）除く）

精神保健相談（面接相談）【予約制】
東京都教職員健康相談員（医師）が精神保健全般について面接相談に応じ、医学的知見に基づくアドバイスをします。
日　時　月1回程度（平日）　場　所　東京都庁舎内　申込方法　メール
※各月の実施日時、申込方法等は、東京都教育委員会のホームページでご確認ください。
https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/staff/welfare/consulting.html
問合せ　東京都教育庁福利厚生部福利厚生課　電話　**03-5320-6879**
（受付時間　平日　午前9時から午後5時まで）

土日相談（対面相談）【予約制】
土曜日・日曜日に個別相談室を開設します。
時　間　午前9時から午後6時まで　場　所　池袋会場・上野会場・立川会場
問合せ・申込　電話　**03-6802-7760**（受付時間 平日 午前9時から午後6時まで）
※予約受付後のキャンセルは原則不可（発熱等、体調が優れない場合等を除く。）としますが、やむを得ない事情によりキャンセルする場合等は、必ず事前に問合せ先（受付時間内）までお電話ください。

電話相談
相談電話　**03-6231-7787**
受付時間　平日　正午から午後8時まで

メール相談
相談フォームに相談内容を入力いただくと、後日メールで回答します。
●相談フォームはこちら→
https://social-advance.jp/consult/

訪問相談（学校管理職向け）　事前申込制

訪問相談員（公認心理師または臨床心理士）が学校を訪問して相談やセミナー講師を行います。
※ソーシャルアドバンス株式会社に委託して実施します。

訪問相談（ラインケア）
管理職を対象に職場におけるメンタルヘルス対策や職場環境改善などについてアドバイスします。
また、病気休職者又は病気休暇取得者が学校において独自に自主復帰訓練を行う際の個別訓練プログラム作成も支援します。
問合せ・申込　電話　**03-6802-8666**（受付時間 平日 午前9時から午後5時まで）

個別面談
新規採用教員や新任副校長等を対象に個別面談を行います。
問合せ　電話　**03-6802-8388**（受付時間 平日 午前9時から午後5時まで）
申込方法　申込書をメールで送付してください。
申込書は下記のサイトからダウンロードできます。
フォームURL：https://social-advance.jp/dispatch-tokyo/
送付先メールアドレス：dispatch_tokyo@social-advance.jp

講師派遣
学校や教育委員会で開催するメンタルヘルスセミナーに講師を派遣します。

※東京都教育委員会ホームページにもメンタルヘルス支援事業に関する情報を掲載しています。
https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/staff/welfare/consulting.html

東京都教育委員会　メンタルヘルス　検索

令和６年度　公立学校教員　職場復帰支援

リワークプログラム

東京都教育委員会では、メンタルヘルス不調で休職した教員を対象に、職場復帰に向けた支援（リワークプログラム）を行っています。
場所・期間・プログラム内容などにより、自身に合うプログラムを選択して申し込むことができます。

◎申込方法

参加を希望する方は、所属学校の学校長にお申し出ください。所属学校を通して申請書類を提出いただきます。

医療機関等における職場復帰訓練（医療機関訓練）

医療機関等においてグループ活動を基本に行うプログラム

問合せ・申込
公益社団法人
東京都教職員互助会
東京都教職員
総合健康センター
電話　**03-5577-6197**

所属学校における職場復帰訓練（学校訓練）

所属学校において復職アドバイザーが状況確認をしながら段階的に進めるプログラム

問合せ・申込
リワークプラザ東京
電話　**03-5577-6197**

＊医療機関訓練及び学校訓練は、公益社団法人東京都教職員互助会に委託して実施します。

職場復帰支援連携プログラム

医療機関プログラムと学校プログラムを一体とした医療との連携によるプログラム

問合せ
公立学校共済組合
関東中央病院メンタルヘルスセンター
電話　**03-6413-7191**

申　込
東京都教育庁福利厚生部福利厚生課
電話　**03-5320-6879**

訪問相談（ラインケア）における自主復帰訓練（個別プログラムの作成）

病気休職者又は病気休暇取得者が復職前に所属等で自主的な復帰訓練を希望する場合、訪問相談（ラインケア）にて、学校における独自の自主復帰訓練（個別プログラムの作成）を支援します。
※ソーシャルアドバンス株式会社に委託して実施

問合せ・申込　電話　**03-6802-8666**

東京都教育委員会

医療機関等における職場復帰訓練（医療機関訓練）

＊公益社団法人東京都教職員互助会に委託して実施します。

対　象　メンタルヘルス不調（精神疾患）により休職中の正規任用教員で、病状が回復し、復職を目指している方

期　間　年間3クール（第1：6～8月、第2：9～11月、第3：12～2月）
週3日・1日6時間程度、計31回（約3か月間）

実施場所・実施者　御茶ノ水会場（JR御茶ノ水駅から徒歩約5分）・三楽病院
精神科医、公認心理師または臨床心理士などが担当します。

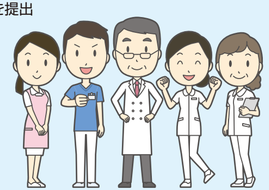
内　容　グループ活動を基本に行います。（1クール当たり6～10名程度）
〈プログラム例〉

	月曜日	水曜日	金曜日
午前	運動療法	模擬授業等	集団精神療法
午後	対人関係・コミュニケーションスキルトレーニング	模擬授業等	レクリエーション療法

申請の手続き
①都立学校・区市町村教育委員会に各クール約3か月前に募集案内を送付します。
②申請書、主治医の診断書等が必要です。参加を希望される方は、学校長にお申し出ください。
③申込後、医師による事前面接（本人・管理職同席）があります。
④開始決定通知を送付します。※不承認の場合もあります。

実施の流れ

- **募集案内**　都立学校・区市町村教育委員会に各クール約3か月前にメールで案内（年3回）
- **申請**　本人→所属学校→学校経営支援センターまたは区市町村教育委員会を経由して申請書類を提出
- **事前面接**　医師による面接（本人・管理職同席）
  - 《開始通知》※開始決定通知を送付
- **プログラム参加**　3か月間（週3日・計31回）のプログラムに参加
- **終了面接**　医師による面接を実施（本人・管理職同席）
  - 《訓練結果通知》※訓練結果に基づく助言を通知
- **学校訓練へ**　終了後は、所属学校における職場復帰訓練に参加することをおすすめしています。



※開始通知及び訓練結果通知は所属（都立学校又は区市町村教育委員会）宛て通知します。

問合せ・申込　公益社団法人東京都教職員互助会　東京都教職員総合健康センター
電話　**03-5577-6197**
（平日　午前8時30分から午後5時まで）

職場復帰支援連携プログラム

公立学校共済組合との連携による医療機関と学校プログラムを一体としたリワークプログラムです。

対　象　メンタルヘルス不調（精神疾患）により休職中の正規任用教員で、病状が回復し復職を目指している方

期　間　随時受付　実施期間は医師が判断して柔軟に設定
＊8月1日～31日、令和7年2月25日～3月7日は、医療機関プログラムはお休みします。
休止期間中も、申請受付、開始面接、学校プログラム、プログラム中の医師面接・心理面接は実施します。

実施場所　公立学校共済組合 関東中央病院メンタルヘルスセンター　東京都世田谷区上用賀6-25-1
※学校プログラムは所属学校において行います。（期間中の医師面接は関東中央病院で実施）

内　容

☆医療機関プログラム（例）

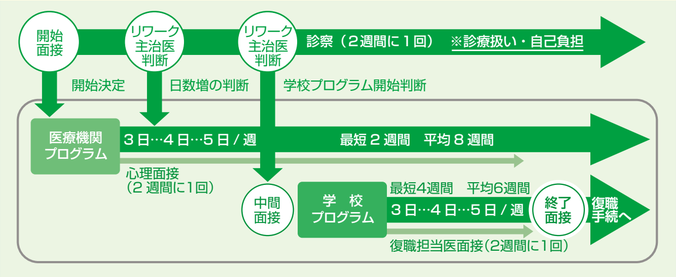
曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	ヨガ	個人活動	園芸療法	個人活動	新聞スピーチ
午後	心理教育	課題プログラム	スモールプロジェクト	美術	グループミーティング

※週3日からはじめ、段階的に日数を増やし週5日参加します。

☆学校プログラム（例）

曜日	実施時間	期間	ねらい
STAGE Ⅰ	週3日・2～4時間	約2週間	学校現場という環境への順応
STAGE Ⅱ	週4日・5～6時間	約2週間	対人的環境（職員、生徒）への順応
STAGE Ⅲ	週5日・8時間	約2週間	具体的な教育活動の開始

※学校プログラム開始当初は、学校プログラムと医療機関プログラムを併用し週5日の活動性を維持することを目指します。



申請の手続き
①所属を通して申請書類を提出します。参加を希望される方は、学校長にお申し出ください。
※申請前に本人がメンタルヘルスセンターに連絡し、空き状況を確認してください。
②申込後、開始面接（初診）を関東中央病院で行います。（診療扱い・自己負担）
③開始決定通知を送付します。※不承認の場合もあります。

問合せ　公立学校共済組合 関東中央病院
メンタルヘルスセンター
電話　**03-6413-7191**
（受付時間　平日　午前9時から午後5時まで）

申込　東京都教育庁福利厚生部福利厚生課
電話　**03-5320-6879**
（受付時間　平日　午前9時から午後5時まで）

実施の流れ

- **申請**　本人→所属学校→学校経営支援センターまたは区市町村教育委員会を経由して申請書類を提出
  ※申請前に本人がメンタルヘルスセンターに連絡し、空き状況を御確認ください。
- **開始面接**　リワーク主治医による面接を実施（本人）
  ※開始面接は関東中央病院の初診（診療）扱い
  - 《開始通知》※開始決定通知を送付
- **医療機関プログラム**　週3日から開始、リワーク主治医の判断により日数増
  期間中は、リワーク主治医・心理士による面接を実施（2週間に1回）

- **中間面接**　学校プログラム開始を判断するため
  復職担当医※による面接を実施（本人・管理職同席）
  ※復職担当医はリワーク主治医とは別の医師が担当します。
  - 《開始通知》※学校プログラム開始決定通知を送付
- **学校プログラム**　週3日から開始、当初は医療機関プログラムと並行実施
  期間中は、復職担当医による面接を実施（2週間に1回）
- **終了面接**　復職担当医による面接を実施（本人・管理職同席）
  - 《終了通知》※終了通知を送付
- **復職手続へ**　復職予定日の40日前頃までに復職手続
  ※復職後は復職した教員へのサポートプログラムを活用

※開始通知及び終了通知は所属（都立学校又は区市町村教育委員会）宛て通知します。

連携プログラムの特徴

- 医療機関プログラムと所属学校プログラムを一体的に行うリワークプログラム
- 申請は随時可
- 期間は医師が判断して、柔軟に設定
- 参加期間中は、医師・保健師・心理士が連携してフォロー
- プログラム中は、傷害保険に加入
- 条件を満たした組合員の方には公立学校共済組合から医療機関プログラム期間中の交通費を一部補助

職場復帰支援連携事業として3つの取組も行っています！

✻ 教育管理職向け研修会

対象：受講を希望する公立学校管理職（特に休職中の教員が在籍する学校の管理職は受講をお勧めします。）
内容：制度説明、精神科医による休職者への対応方法のアドバイス等

✻ “リワークプログラム”ガイダンス ～復職準備を始める前に～

対象：半年～1年後の復職を目指している、メンタルヘルス不調により病気休暇中・病気休職中の正規任用教員
内容：事業紹介、精神科医の講話、リワーク経験者体験談のビデオ映像等

✻ 復職した教員へのサポートプログラム

対象：メンタルヘルス不調により休職し復職した正規任用教員（今年度以前の復職含む）
内容：職場復帰後の体調や困りごとの振り返り、意見交換、メンタルヘルスの観点からの助言や提案等