

# うつ病休職 サバイバルのための制度活用マニュアル内容一覧

## 1. 傷病手当金

受給要件、手続き、受取る金額

- ①うつ病になり傷病手当を申請せず退職した。どうすればいいだろうか
- ②休職3ヶ月で解雇どうすればいいか
- ③入社3ヶ月でうつ病、休職3ヶ月で解雇どうすればいいか
- ④会社が健康保険に入れてくれない
- ⑤会社を辞めたら傷病手当はどうなるのか
- ⑥社長や取締役ももらえるか
- ⑦日雇い労働者はどうなるか
- ⑧出産手当との併給 農家
- ⑨障害年金との併給は可能か
- ⑩雇用保険の傷病手当と併給は可能か
- ⑪老齢年金との併給は可能か

## 2. 通院医療費の補助

受給要件、手続き、支援の内容

## 3. 精神障害者健康福祉手帳

受給要件、手続き、支援の内容

- ①総合支援資金貸し付け
- ②福祉資金貸し付け
- ③緊急小口資金貸し付け
- ④雇用保険給付日数の延長
- ⑤私鉄バスの割引
- ⑥映画鑑賞券の割引
- ⑦公営住宅への優先入居

## 4. 雇用保険受給期間延長

傷病手当の受給が終わるまで雇用保険の時給を延期します

## 5. 雇用保険所定給付日数の延長

就職困難者の扱いで給付日数を延長

## 6. 障害年金

受給要件、手続き、支援の内容

- ①特別支給の老齢厚生年金の障害者特例

## 8. 高額療養費の支給

医療費の自己負担が一定額を超えると、超えた分の金額が申請により後日支給される

## 9. 障害者控除

障害者手帳のコピーを付けて申請

## 10. 国民健康保険 国民年金の減額

収入が急減した場合の減免制度と、障害者手帳所持者の減免制度がある。

### 11. 労災申請

受給要件、手続き、受け取る金額、様々な事例

申請資料の準備の仕方

判定の指針

繰り返す精神障害に認定

労災補償年金と遺族厚生年金の併給

相談場所一覧

### 12. 生活保護

保護申請書と申書の書き方

コラム 大阪府福祉世帯向住宅募集、生命保険とうつ病  
解説 うつ病になったのは個人の性格が弱いからだろうか  
参考資料

①公務員の場合

②不十分な日本の休職制度

③うつ病サバイバルタイムチャート

④「私の中で今」、生きているあなた」自死遺族パネル展の足跡

小冊子申し込み方法（小冊子は無料、送料負担のみ）

下記住所に80円切手2枚同封して小冊子希望と書いて申し込む

〒530-0044

大阪市北区東天満1丁目10番12号新日本天満ビル401号

働く者のメンタルヘルス相談室

# 「うつ病で休職」制度活用を



大阪のNPOがマニュアル

## ノウハウなど提示

ストレスなどでうつ病になり、休職を余儀なくされた人らの対応策をまとめた冊子「うつ病休職 サバイバルのための制度活用マニュアル」を、大阪のNPO法人「働く者のメンタルヘルス相談室」が作った。同法人理事長の伊福達

彦さん(67)が、家族がうつ病で休職し解雇された経験を踏まえ、4年前に初めて作成。カウンセリングなどの支援策を中心にしたが、生活を支える具体策などを求める声が多く寄せられたことから、内容を刷新し「完全版」としてまとめた。

冊子では、傷病手当や雇用保険の受給、労災や生活保護の申請などについて解説する。申請書類の見本や事例を示しながら、手続きの流れ、断られた場合の対応法などを詳しく紹介。会社を辞めた人や、経営者が傷病手当を受けられる方法などにもふれている。

休職や、うつ病の原因になりやすい上司のパワーハラスメントについても定義と事例を提示。日時順に書き記して整理したり、録音したりすることも勧める。

伊福さんは「うつ病になると収入減などによる生活の不安も大きい。活用できる制度はある。諦めずに頑張ってもらえるきっかけになれば」と話している。

冊子は無料(郵送料のみ実費負担)。希望者は働く者のメンタルヘルス相談室 ☎06・6242・8596

(宮本万里子)