

がん患者の治療と仕事の両立のための支援情報

# 大切な従業員が がんになったとき

もしも  
職場の誰かが  
がんになったら…  
その支援の  
ポイント



島根県観光キャラクターしまねっこ 島観連許諾第3415号

がんと就労に関するしまねの現状 2

がん治療のこと 4

患者さんの声 5

事業者の皆さまにお願いしたいこと 6

相談窓口一覧 8

働くがん患者と事業者が活用できる資料集 8

# はじめに

2017年に新たにがんと診断された方は推計約98万人。男女ともに、およそ2人に1人ががんになる時代です。

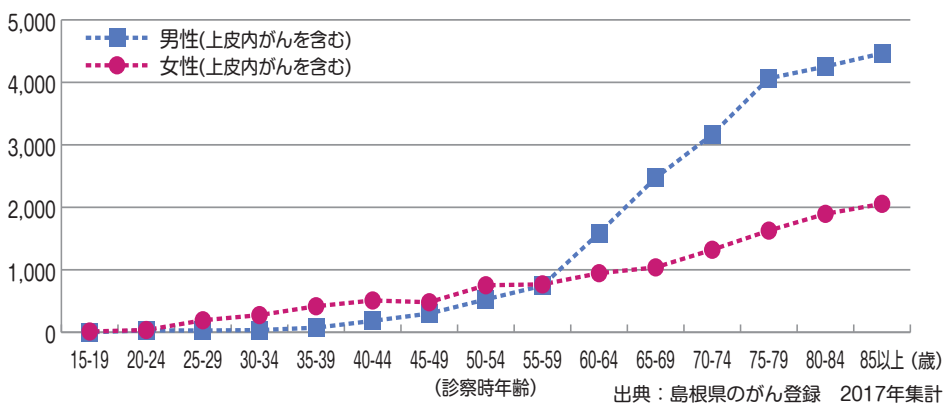
島根県では、毎年約6,000人が新たにがんと診断されています。人口減少に直面する島根県では、事業所を支える人材の確保は容易とは言えず、一人ひとりが貴重な人材です。

がん治療と仕事の両立において、事業所・従業員の不安が少しでも軽減され相互理解を深めるために、また、島根県がん対策推進計画に掲げている「がんになっても安心して暮らせる社会の構築」のためにも、このリーフレットをご活用いただきたく思います。

## 1 がんと就労に関するしまねの現状

### 1. 島根県の性別・年齢階級別に見たがん

図表1 性別・年齢階級別がん罹患率（人口10万対）

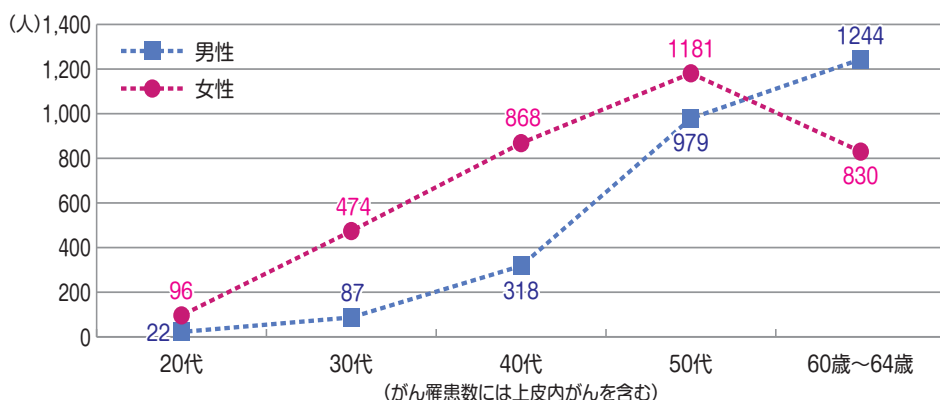


●がんと診断された人の約3割は働き盛り世代（20歳～64歳）です。

●がんのリスクは高齢になるほど高くなりますが、男性では40歳代、女性では30歳代からリスクが上がり始めます。この世代は、職場の重要な役割を担う世代でもあり、事業所にとっても従業員ががんになったときの備えがないことは事業継続上のリスクといえます。

●がんの早期発見や、医療の進歩等を背景に、現在、島根県内でのがんの5年生存率は約6割、早期がんでは約9割です。

図表2 年齢階級別5年有病者数\*



上皮内がん：上皮内にとどまってい浸潤していないがん

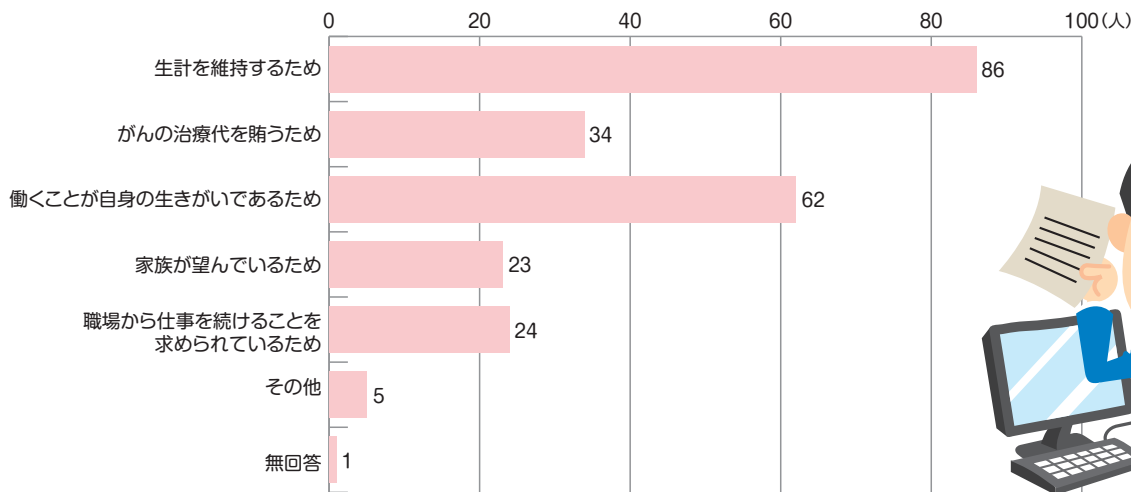
出典：島根県全国がん登録 2013-2017年 2017年12月計測時点

\*5年有病者数とは、過去5年の期間内にがんと診断され、計測時点で生存している患者さんの数です。

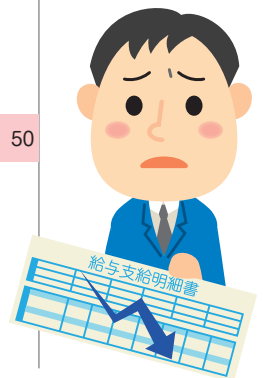
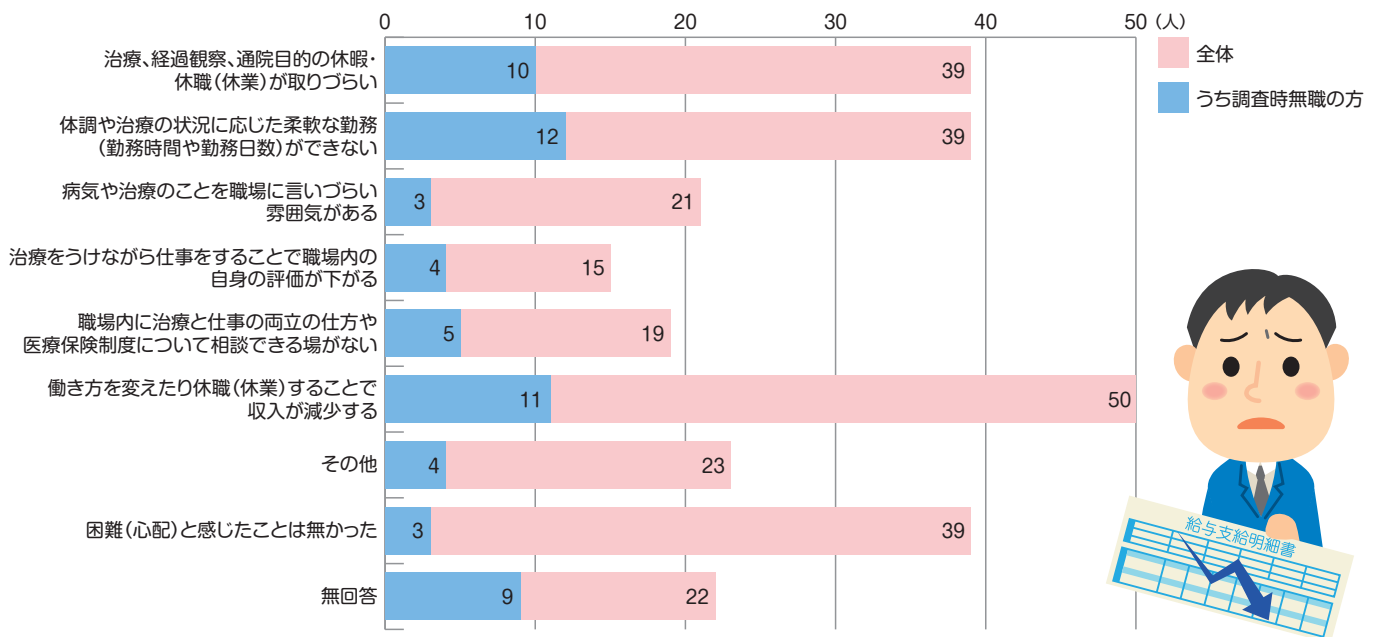
## 2. 「就労調査」より

### ●患者さん向け調査より…がん患者の7割以上が働きたいと思っています

図表3 仕事を続けたい(したい)理由は？(複数回答)

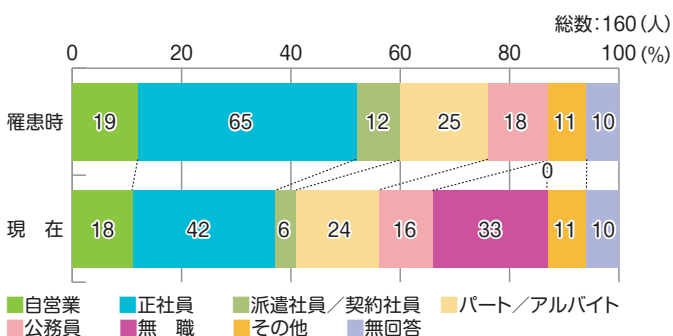


図表4 治療と仕事を両立する事で困難・心配だったことは？(複数回答)

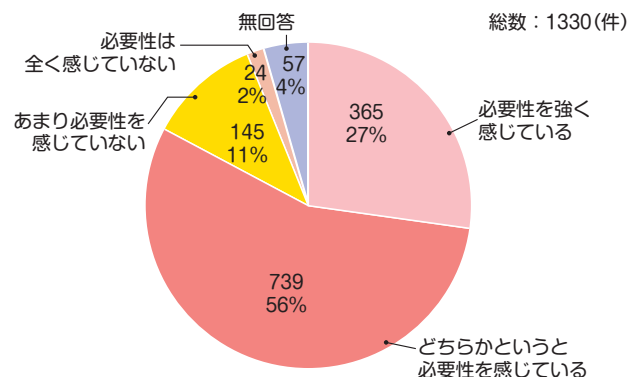


### ●事業所向け調査より

図表5 過去5年間にがんに罹患した従業員の就労状況



図表6 治療と仕事の両立ができる職場づくりの必要性を感じていますか？



## 2 事業者の皆さまに知っておいていただきたいがん治療のこと

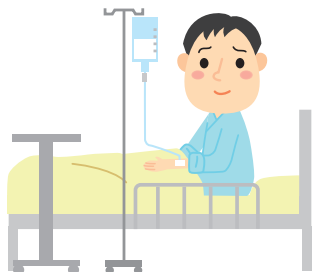
### 1. がん治療の三大療法

医療技術の進歩等により、短期間の入院治療や、外来治療が行われることも多くなってきています。



#### 手術

外科的ながん組織や周りのリンパ節を取り除きます。近年では、内視鏡手術等により身体への負担を減らすこともできるようになってきました。



#### 薬物療法(化学療法)

細胞の増殖を防ぐ抗がん薬を用いた治療法で、がんがふえるのを抑えたり、成長を遅らせたり、転移や再発を防いだり、小さながんで転移しているかもしれないところを治療するためなどに用いられます。



#### 放射線治療

放射線は手術と同じく、がんとその周囲だけを治療する局所治療です。臓器を摘出する必要がなく、臓器をもとのまま温存することができます。

### 2. それぞれの患者さんに応じた治療計画が作成されます。

がんの種類・進行度等に応じて、単独であるいは治療を組み合わせ最適な治療が実施されます。

### 3. 副作用の症状は使用される薬物によっても違いがあり、現れ方には個人差があります。

治療の効果には個人差があると同様に、副作用の現れ方にも個人差があります。副作用の症状、発現時期等は、ある程度予想されます。予想よりも重い副作用が現れる場合もあります。「免疫力の低下」「手足のしびれ」「倦怠感」など、外見からは分からない副作用もあり、注意が必要です。

大腸がんによる人工肛門など日常生活での不便が続くこともあります。

#### 患者さんの気持ち(副作用)

- 通院で抗がん薬治療を受けましたが、毎回副作用の程度が違いました。
- 吐き気が楽になるように治療の前日から食事に気を付けました。
- 仕事中に帽子をかぶりたいと申し出たら、快く認めてもらって助かりました。完全に抜けてしまったらウィッグを使いましたが、段階的に抜けていく間は帽子をかぶって過ごすほうが楽でした。
- 白血球の減少により、緊急入院をしたことがありました。見た目では分かりませんが、命に関わるような重篤な副作用もあります。



### 4. 長くつきあう病気です。

場合によっては、再発防止のための、ホルモン治療が5年間継続されたり、治療終了後も5年程度は通院による経過観察を行うことが一般的です。





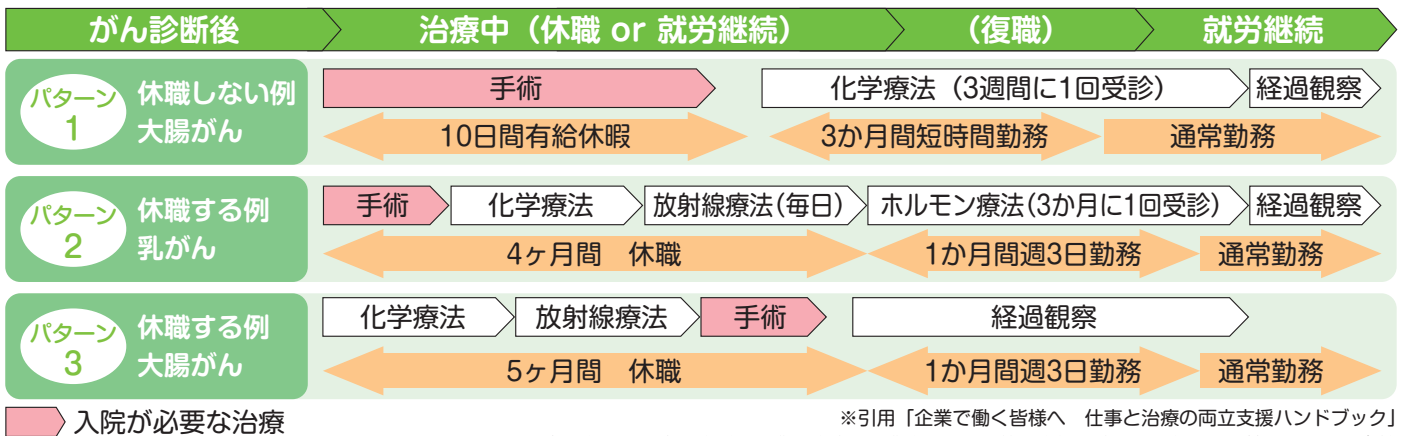
## 5. がんの診断、治療による不安

治療による身体的な負担に加え、診断されたことによるストレスや今後の見通し、再発に対する不安など、精神的な負担を常にかけています。

### 患者さんの気持ち（治療による不安）

- がんが診断された時に、「家族にどうやって伝えようか?」「仕事はどうしよう?」と不安になりました。分からないと怖くなるので、病気のこと、治療のこと、お金のことを調べました。納得のいく治療を選ぶのに、正しい情報が必要だと思いました。
- 状態が落ち着いていても、常に再発の不安を感じています。少しでも体調に変化があると、がんが結び付けて心配になってきます。気持ちにも体にもゆとりをもって働いていきたいと思っています。
- がん=死というイメージしかもってなかったため、とても動揺しました。しばらくの間は「がん」という言葉を聞くのも文字を見るのも怖く感じました。がんになっても仕事をしながら元気に生活している人はたくさんいるという話を聞いても、まったく頭に入ってきませんでした。いろいろな事例を冷静に聞けるようになるには時間がかかります。仕事に関しては、自分が今まで積み上げてきた信頼、人脈などすべて失ったかのように感じました。病気があってもなくても、その人自身のかかわらない価値を認めてもらえると、仕事に対してもやる気が起きますし、地域特有の、病気を世間から隠さなければ、という体質も変わってくるのではと思います。

図表7 治療経過と働き方の例



※引用「企業で働く皆様へ 仕事と治療の両立支援ハンドブック」  
平成24年度厚生労働省委託事業「治療と職業生活の両立等の支援手法の開発」みずほ情報総研株式会社

## 3 患者さんの声

抗がん薬の副作用は私の場合投与から3～4日後から辛く感じました。なので、通院日に休むよりも副作用の現れるころに休みたいと感じていました。

患者の状態により、臨機応変な休暇を考慮してもらえると助かります。



放射線治療は1か月半かかりました。これは毎日通わないといけないのですが、治療時間は短いので、全日の休暇にするよりも時間休を取って通院できると良いと思います。



分子標的治療は3週ごとに通院し、1年間かかりました。副作用はあまり強くありませんが、長期にわたるので、精神的にくじけそうになるときが定期的にやってきました。仕事をしているときのほうが気がまぎれることも多くありました。



がんをもっと知る事が就労のあり方に影響する。がん患者全てが就労出来ない患者ではない。元気な患者も多々いる事を知ってほしい。



私の場合、介護施設につとめていますが、最初に上司の方々に自分の病気のことを勇気を持って話し、就労時間を4時間から始めました。今6年目ですが、少しずつ時間をふやしていただき、8時間勤務にさせていただきました。話をよく聞いてくださり、体を心配してくださいます。職安で就労を募集しておられる方々もここまでふみこんで、1人1人を見つめてくださるとありがたいです。



## 1. 日頃からの取り組み

- 普段から、職場のコミュニケーション向上のための取り組みを行い、困ったときはお互い様というような、相互に助け合う風土づくりを行きましょう。
- がん予防のため、職場での禁煙の取り組みや、がん検診受診の啓発活動、職域でのがん検診の実施など、できることからお願いします。
- 従業員ががんになった場合に備え、柔軟な休暇・勤務制度の整備、情報共有のための仕組みづくり、産業医や人事労務担当者などの相談窓口について、事業所内に周知してください。



## 2. がん診断後

- がんと診断されたことで本人は冷静な判断ができない場合もあるので、早合点で重大な決断をしないように声をかけてください。また、事業所側も本人に退職や異動などの重大な決断を求めることは、難しいことをご理解ください。
- 診断結果を踏まえ、休職が必要か、就業上どのような配慮が必要か従業員と事業所側との間で確認し、対処してください。
- 休職・短時間勤務・業務上の負担軽減など、配慮が必要となった場合は、社内の必要な調整を行い、職場の同僚にも理解を促してください。
- ただし、がんであることを誰にどこまで知らせるかについては、産業医・上司等とよく相談の上、本人の希望に配慮して決定してください。



## 3. がん治療中

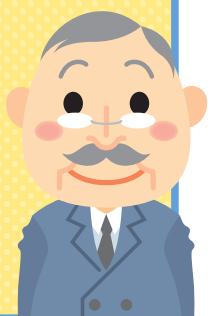
- 本人は周囲に対し迷惑をかけているという罪悪感を持ちがちなので、事業所側は事業所にとって必要な人材であること、当面は治療に専念してほしいことを伝えてください。また、休職の場合は復職時にできる限りサポートすることを伝えることにより、本人の安心につながります。
- 休職の場合、職場の状況や治療経過などについて、事業所側と本人で定期的に情報共有することで、復職時の調整がスムーズに進みます。ただし、連絡の頻度は本人の負担を考慮することが必要です。

### 復職へのポイント

がんの種類、進行度等により、それぞれの治療内容が決定されます。同じ治療内容によっても、副作用の出方には個人差があります。

仕事を続けていく上で、配慮が必要であるかどうか、まずは、**従業員の話をよく聴くことが大切です。**

正確な医療情報の共有のため、就労上の注意点等、**患者さんと一緒に主治医の話が聴かれることも、スムーズな復職につながる場合があります。**



## 4. 復 職 時

- 復職の可否や時期について、事業所側は主治医の診断書を参考に、本人の意向を踏まえ、関係者間で具体的な話し合いを行ってください。復職に向けた「慣らし出勤」などの復職プログラムも効果的です。
- 業務の繁忙期と復職が重なることを避け、職場で十分にサポートが可能な時期に復職できるようにお願いします。
- すぐに休職前の状態に戻ることが困難な場合は、勤務時間・業務内容について、配置転換も含めた調整が必要となります。復職後もしばらく通院が必要な場合も多く、時間単位、半日単位の休暇があると患者さんには大きな助けとなります。
- 腸や泌尿器系のがんの場合、頻繁にトイレに行く場合がありますので、トイレに近い席に座れるようレイアウトを変更いただくと、格段に働きやすくなる場合があります。
- 体調不良時の対応について、職場・本人・産業保健スタッフなどであらかじめ相談する機会を持ってください。



## 5. 復 職 後

- がん患者の多くは強い不安を感じるなど心理面にも影響があります。周囲の人々は、できるだけ普段と変わらない態度で接していただくことが望めます。
- がん患者の中には、仕事を抛り所として治療に励んでいる方もおられます。本人の思いをしっかりと聞いていただき、心配しすぎるあまり、過度に仕事を抑えないようお願いします。
- 患者本人の治療により就業上の制約が生じる場合、周囲の同僚へのフォローも必要です。不公平を感じないように、必要な情報に限定した上で、負担のかかる同僚には可能な限り情報を開示し理解を得ること、負担が過度にならないようにすることが望めます。



※参考「企業で働く皆様へ 仕事と治療の両立支援ハンドブック」  
平成24年度厚生労働省委託事業「治療と職業生活の両立等の支援手法の開発」みずほ情報総研株式会社

## がんの従業員の就労に関する相談は

島根産業保健総合支援センターへ

島根産業保健総合支援センターには、「両立支援促進員」という専門家が配置されています。

「両立支援促進員」は、従業員の勤務情報を主治医に伝え、主治医の意見を聴き、それをもとに働き方について事業所と従業員とが共に考え決定していく手助けをする等、事業所として実施すべき両立支援の具体的なサポートをしてくれます。



まずは島根産業保健総合支援センター  
☎ 0852-59-5801 にご相談ください。  
相談・支援は全て無料です。

## 5 相談窓口一覧

いつでも  
相談できるにゃ!



### がん患者・家族サポートセンター

☎ 0853-20-2518

島根大学医学部附属病院内

がん患者さんのための就労相談会を実施しています

### がん相談支援センター

松江市立病院 ☎ 0852-60-8083

松江赤十字病院 ☎ 0852-32-6901

県立中央病院 ☎ 0853-30-6500

島根大学医学部附属病院 ☎ 0853-20-2518

浜田医療センター ☎ 0855-28-7096

益田赤十字病院 ☎ 0856-22-1480

★治療方針や副作用、今後の治療の見通し等医療者からの情報を聴く必要がある場合、病院内の窓口としてもご利用いただけます。

★がんの一般的な情報、がん治療、医療費、社会保障制度など療養生活全般の様々な相談に応じます。場合によっては院内の専門職と連携を図ります。相談は無料。秘密は守ります。電話でも、面接でも対応いたします。その病院にかかれていなくても相談をお受けします。

### 島根県社会保険労務士会 総合労働相談所

☎ 0852-26-0402

★傷病手当金、高額療養費、限度額認定など社会保険制度や、労働問題全般に関する相談を、社会保険労務士が無料で対応します。まずは事前に予約のお電話をお願いします。(対応時間/9:00~17:00)

### 島根産業保健総合支援センター

☎ 0852-59-5801

★がんの労働者が就労を継続するために、事業場に対する支援を行います。両立支援対策に詳しい保健師や社会保険労務士などの両立支援促進員が労働者や事業場からの相談に応じて対応します。治療と仕事の両立支援に関するサポートは、すべて無料です。

### 県内の各保健所

(松江、雲南、出雲、県央、浜田、益田、隠岐、島前)

★職場全体のがんに対する意識向上を図るため、がんの一次予防(禁煙など)、二次予防(がん検診)等の総合的ながん対策の取組への相談に応じます。

### 島根障害者職業センター

☎ 0852-21-0900

★就職や職場定着、職場復帰についての支援を希望する障がいのある方、障がい者の雇用や雇用管理についての支援を希望する事業者、障がい者の就労を支援する関係機関に対して、職場復帰支援等の情報を提供しています。

### 県内の労働局、各労働基準監督署内の総合労働相談コーナー 各ハローワーク

総合労働相談コーナーでは、労働条件、募集・採用、いじめなど労働問題に関するあらゆる分野についての労働者、事業者からのご相談を、専門の相談員が、面談あるいは電話でお受けしています。

各ハローワークでは、がん等の長期にわたる治療等が必要な疾病を持つ求職者について、個々の患者の希望や治療状況を踏まえた職業相談、職業紹介などの就職支援を行っています。

## 6 働くがん患者と事業者が活用できる資料集

- (1) 企業のための「がん就労者」支援マニュアル (作成: 厚生労働科学研究費補助金がん臨床研究事業「働くがん患者と家族に向けた包括的就業支援システムの構築に関する研究」班)
- (2) 企業で働く皆様へ 仕事と治療の両立支援ハンドブック (作成: 平成24年度厚生労働省委託事業 治療と職業生活の両立等の支援手法の開発 みずほ情報総研株式会社)
- (3) がんと仕事のQ&A 第3版 (発行: 独立行政法人国立がん研究センター がん対策情報センター)
- (4) 職場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン (作成: 厚生労働省)
- (5) 企業・医療機関連携マニュアル (作成: 厚生労働省)

※HPや相談窓口のがん患者家族サポートセンター、各がん相談支援センターで入手できます。



このリーフレットに関するお問い合わせは

島根県 健康福祉部 健康推進課 がん対策推進室

〒690-8501 島根県松江市殿町1

TEL 0852-22-5060 FAX 0852-22-6328

発行日: 令和3年3月

印刷: (株)クリアプラス