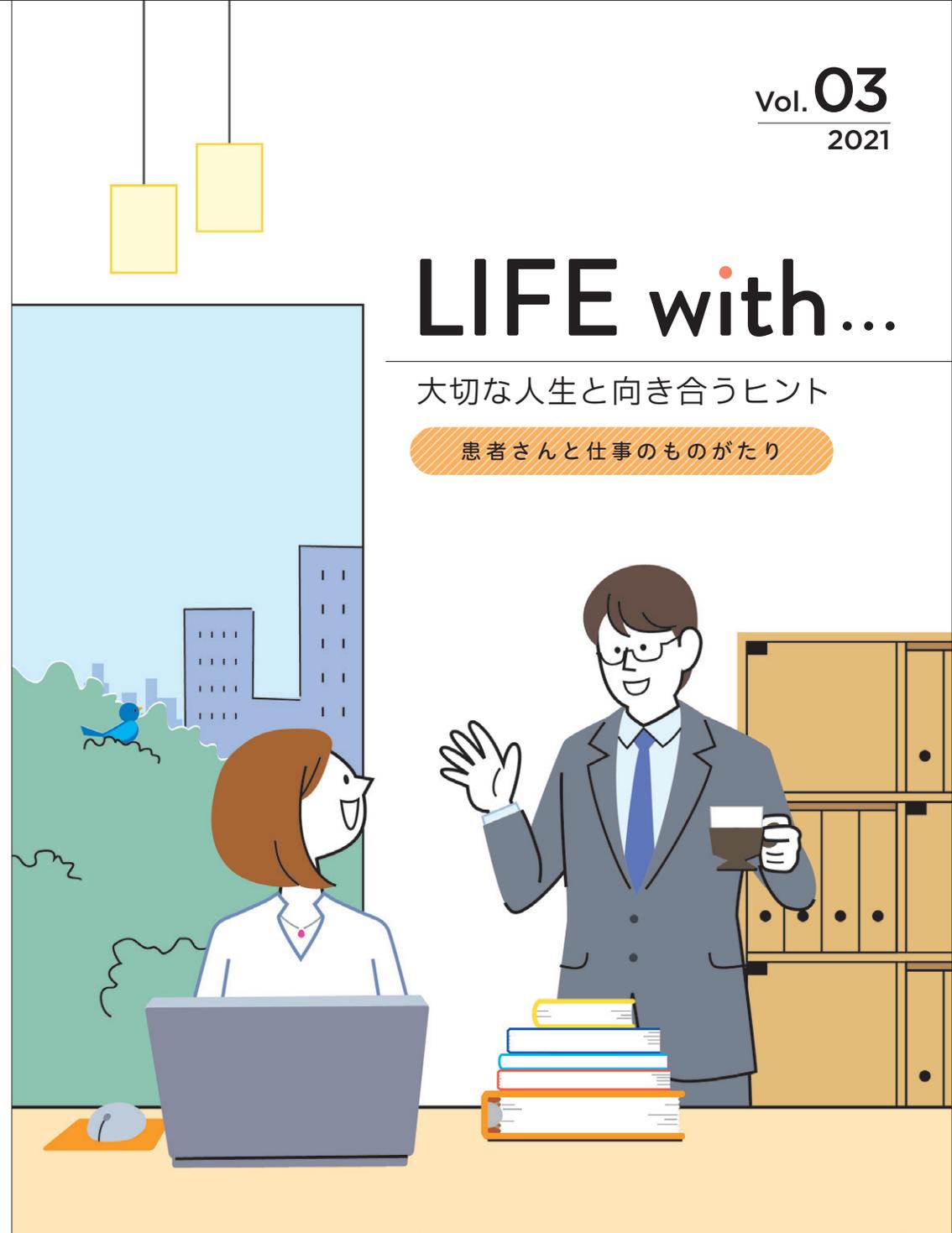


# LIFE with...

大切な人生と向き合うヒント

患者さんと仕事のものがたり



大切な人生と向き合うヒント

LIFE with...

## Message

### 乳がんと診断された方へ

## 大野 真司

がん研究会 有明病院  
副院長／乳腺センター長



## がんを理由に仕事を辞める時代は終わりにしませんか 「やりがい」「社会の一員としての自分」—— 精神的な支えでもある仕事と治療を両立できる社会へ いま着実に移行しています

少し前まで、「がんになったら仕事を続けられない」と考える風潮が、患者さんにも雇用側にもありました。実際にがんの告知後、診察室で「仕事を辞めなくてはいかぬ」「辞めてきました」とおっしゃる方が多かったと思います。ところが最近はずいぶんようすが変わり、「いかにして仕事を続けるか」ということへ、患者さんの関心が移ってきていると感じています。

その医療的な背景として、この20年の間にがんの治療法が飛躍的に進歩したことが挙げられます。早期がんでは治る人が増え、再発・転移しても予後が4～5倍も長くなりました。また、副作用コントロールの技術が進み、体調面でも治療と仕事の両立ができるようになったという認識が広まってきました。

最近の調査によれば、がんに関心された方のじつに4割が69歳までの就労世代に当てはまります。女性のがんの罹患数1位で、比較的若い年代で罹患する乳がんだけを見れば、4人に3人くらいの方が就労世代ではないでしょうか。

日本の「がんと就労」問題への本格的な取り組みは、2012年の第二期がん対策推進基本計画の個別目標に「がん患者の就労を含む社会的な問題」が掲げられたことから始まりました。行政を動かしたのは、多くの患者さんたちの訴えでした。

「がんになっても働ける社会」。これを実現するためには、行政、医療機関、患者団体、そして企業などの雇用側と一緒に環境整備に取り組むことが不可欠です。「How to continue」(いかに継続するか)を合言葉に、多くの取り組みがなされた結果、雇用する側の理解や環境づくりは確実に広がりを見せています。

以前のような、がんになった人が次々と辞めてしまう職場と、治療中の方が働き続ける職場とでは、自分が病気になったときのモチベーションはまったく違うでしょう。

とはいえ職種や雇用形態によっては、まだまだ解決できていない問題がたくさんあり、この取り組みをもっと進めていかなくてはなりません。

## PROFILE

1984年九州大学医学部卒業。米国テキサス大学研究員(腫瘍学)、国立病院九州がんセンター、九州大学医学部附属病院などを経て、国立病院機構九州がんセンター臨床研究センター長ののち、2015年がん研究会有明病院乳腺センター長、2018年副院長就任。日本の乳がん医療を牽引する医師の一人。臨床試験の推進や乳がん体験者をサポートするピンクリボン活動にも積極的に取り組む。

仕事の主たる目的は、収入を得ることですが、それだけではありません。日ごろから患者さんの相談を受けているソーシャルワーカーによると、患者さんにとって仕事は「やりがいや生きがいがある」「社会とつながることで、病気だけの自分ではないと感じられる」という精神的な励みの側面が大きい。だから再発しても、仕事を継続したいとおっしゃる方が多いと聞きます。

特に再発・転移乳がんは治療が何年も続き、治療費を払い続けることになりまますから、仕事を続けられる環境づくりは大切です。

私たち医療者は、仕事と両立できるように治療方針を立てることはもちろん、医療側ができるサポートはないかと日々模索しています。

ポルトガルで2年ごとに開催される、進行・再発乳がんの国際コンセンサス会議(2015年)でも、「これから5年かけて取り組むべき10個の課題」の1つに、「患者の就労の権利を守る」ことが掲げられています。がん患者さんの就

労は世界共通の課題なのです。

乳がんになり、仕事を続けられるかどうか不安な方は、一人で抱え込まずに相談してください。担当医や看護師のほか、病院にはソーシャルワーカーがいます。誰でも無料で相談ができる「がん相談支援センター」は全国にあります。

企業では産業医、社会保険労務士が相談窓口になりますが、なんといっても職場では上司や同僚に治療中の働き方について協力をあおぐことが欠かせません。社会のさまざまなシステムを利用して、仕事を続けていただくことを願っています。

本誌では、実際に乳がんの治療と仕事を両立されている方の経験と、正直な想いを語っていただきました。多くの方が「がんと就労」について語り合い、がんになっても安心して暮らせる社会の実現のための一助になれば幸いです。

### 02 Message 乳がんと診断された方へ 大野 真司／がん研究会 有明病院 副院長／乳腺センター長

#### 患者さんと仕事のものごと

- 04 **Story 01** 永井 まなさん (40代)  
10年前、がんを理由に契約打ち切りで解雇されそうに… 今の私にとって仕事は自分の力で「生きる」ことそのもの
- 06 **Story 02** 菊地 かおりさん (40代)  
失業給付の延長申請や教育訓練給付金の活用も あきらめずにもがいた先に「居場所」があった
- 08 **Story 03** 山北 珠里さん (50代)  
自分で生計を立てている私には仕事を辞める選択はなかった 今心がけるのはストレスフリーな生き方
- 10 **Story 04** 村田 里依さん (40代)  
がんになっても働き続けられる環境を創りたい 成し遂げたいことに邁進中です
- 12 **がん相談支援センターに気軽に相談を**  
橋本 久美子さん 聖路加国際病院相談支援センター
- 14 **Voice of LIFE with...** 取材させていただいた5名のみなさんの声





## 01 永井 まなさん (40代)

東京都在住。法律相談事務員として働いていた2010年、30歳でステージIIaの乳がんを告知を受ける。抗がん剤、放射線治療後、2012年に交際中だった現在の夫と結婚。ホルモン療法を続けながら仕事とラテンダンスに全力投球していた2019年、肝転移が判明。昇進でさらに忙しくなった仕事と治療を両立させ、体調をみながらダンスも続けている。



### 10年前、がんを理由に契約打ち切りで解雇されそうに… 今の私にとって仕事は自分の力で「生きる」ことそのもの

#### — 10年前の乳がん発覚時、職場の反応は？

まず職場の上司たちに病気の報告をし、手帳時は有休休暇を使って1カ月の休みをとりました。その後の抗がん剤治療は、吐き気などの副作用でつらかったものの、この時期を乗り越えればとの思いで働きました。ところが抗がん剤治療中の契約更新時、面談で人事課長から「がんは切って治るものじゃないから」と、退職を促されたのです。

#### — どのような雇用形態でしたか？

現在勤続15年ですが、当時は1年ごとの契約更新でした。病気を報告した直後から、当時の上司からの風当たりが強くなったので、ミスをして辞めさせられてなるものかと頑張ったんです。やっと副作用が少し楽な治療に入ったと安堵したタイミングでの通達だったので、頭が真っ白になりました。周りにも「みんなの迷惑になるから、辞めるのが当たり前だ」と話していたそうです。

#### — 辞めなかった理由を教えてください。

がんの報告直後ならともかく、やっと乗り越え

たこの時期になぜ？と、だんだん怒りがこみあげてきからずです。この数カ月、私の仕事と治療の両立を支えて応援してくださったほかの上司や同僚のことを考えると、なおさら腹立たしくて。

法律上も不当ではないかと考え、雇用契約書を見直したり専門家に相談したところ、契約解除の事由に当たらないことがわかり、主張すべきことをしっかり主張しようと腹を据えました。

#### 不当解雇ではと、会社と交渉しました

#### — 具体的にどのように交渉したのですか？

まず電話で、雇用契約書を見ても、がんになったことは解雇事由に当たりませんと訴えました。それでも解雇というならば、「担当役員の名前で書面をください。それを見て直接お話ししましょう」と伝えました。そうしたら、私の契約解除の話は、所属している部署の一部の方々の判断で話がすすんでいたようです。

それと、義姉が乳がん治療中という別の上司の支えが大きかったのです。私が体調不良で欠勤した日の仕事を代わってくださったり、解雇にならないよう上の組織へ嘆願書を出してくれまし



た。そのおかげで、私の解雇の話は、まるで最初からなかったことになりました。

#### — 再発で思ったこと、職場の反応は？

再発は、職場の健康診断のオプションで腫瘍マーカーを調べたところ、肝臓の数値が驚くほど高かったことから判明しました。今度こそ「人生が終わった」と思いました。茫然としていたときに「生活は何も変えなくていいから」と看護師さんが何度も言ってくださり、仕事や好きなことはできるだけ続けようと思えるようになりました。

職場は10年の間に組織の体制が変わり、雇用形態は無期雇用になりました。再発のことを伝えたくも、10年前と対応はまったく変わり、仕事の継続を問題なく受け入れられて驚きました。以前からあった昇進の話は、「仕事は続けたいけれど、その話はなかったことにしていただいてかまわない」と伝えていたので、昇進できたときは感謝の気持ちと嬉しさで泣いてしまいました。

再発のことは、現在の直属の上司数人しか知りません。10年前は、みんなに病気のことを伝えるように促されました。伝えると、「大変な思いをしてまで続けなくてもいいのに」「若いんだ

から一度辞めてやり直しなさい」と言われました。今回は普通に仕事ができるのならと、公表について任せてもらえました。また心配させて、お互い気を使って働きたくなかったので、伝えていません。今も周りには気づいていないと思います。

#### 病気になる自分を否定したくない

#### — 仕事を続けるモチベーションは？

職場は、がんによって今までの生活から切り離されそうになった私を引き戻してくれる場所で、がん患者ではなく「永井まな」として歩いている実感が得られるのが仕事です。どんなに副作用があっても、不思議と仕事には忘れて集中できます。素晴らしい仲間にも恵まれ、健康だったころよりもやりがいを感じています。これまでの自分、病気になる自分を否定したくない。それが仕事を続ける原動力になっていますね。それに、がんになるとお金がかかるので働かないと。

#### — ご家族も仕事の継続に賛成ですか？

交際半年で乳がんとわかった私に、一緒にいようと言ってくれた夫は、働くことも含めて私の意思を尊重してくれています。私たちを全面的に信頼してくれる両親や義父母も同じです。私が前を向けるのは、家族の支えがあるからだと思っています。

#### — 仕事の継続に悩む方へアドバイスを。

仕事を続けたいのに解雇されそうなときは、職場と交わした雇用契約書を見直してください。さまざまな機関で専門家による労働相談や、「がんと就労」のセミナーが開催されているので、参加して情報を得ることをおすすめしたいです。職場では病気に理解を示してくれる上司に相談することがとても大切だと実感しています。

がんの治療薬や副作用のケアも10年前より格段に良くなっています。再発してもご自身が望めば、仕事と両立できると思います。



## 02 菊地 かおりさん (40代)

茨城県日立市在住。人材派遣会社に勤務しながら母の介護をしていた2010年、ステージ1の乳がんが見つかり、部分切除手術と放射線治療を行う。4年後に局所再発で左胸を全摘、再建する。社会からの疎外感や体力低下に苦しむが、社会復帰をあきらめず奮闘。治療中に取得した精神保健福祉士の資格を生かし、現在は市役所の相談員として勤務する。学校などでがん経験を話す活動も行っている。



### 失業給付の延長申請や教育訓練給付金の活用も あきらめずにもがいた先に「居場所」があった

#### — 初発のときの心境は？

34歳のときに、検診で0.9センチの乳がんが見つかり、死ぬのが怖くて待合室で号泣しました。それが一段落すると介護や仕事の不安が出てきました。当時、パーキンソン病でほぼ寝たきりの母を私と父の二人で介護していました。入院中の介護は父一人に頼むしかありませんでした。今思えば、早めに訪問介護（ホームヘルパー）を利用すればよかったなど。

#### — 職場の配慮はありましたか？

上司も、ペアを組んでいた後輩も、「治療を優先して」と理解がありました。手術を受けるときは有給休暇を使い、傷病手当金も受給することができました。その後、午前出社、午後放射線治療という形になったのですが、家に帰れば家事や介護があり、体力は限界でした。36歳のときに遠方への転勤の話があり、それをきっかけに退職することにしました。

その後は、契約社員や派遣でデータ入力の仕事

をしながら、すでに取得していたキャリアカウンセラーの上級資格や、精神保健福祉士の資格を取るための勉強をしていました。乳がんになって、「一人で生きていくための土台が必要だ」と思うようになったのも理由の一つです。

#### — 局所再発はどんな経緯で？

鎖骨あたりに硬いところがあって、調べたら乳がんでした。38歳で左胸全摘です。「神様は乗り越えられない試練は与えない」と言いますがつらかったですね。それで、いろいろ仕切り直したいと考え、派遣の仕事辞め、治療に専念することにしました。

### 社会からの疎外感でひきこもり生活も

#### — お金の心配はなかったですか？

高額療養費制度もありますし、幸い民間のがん保険にも加入していたので、あまり心配はありませんでした。失業給付金については、ハロー

ワークに行って延長申請をしました。病気や出産などで失業後すぐに就職活動ができないときに使える制度です。私の場合、胸の再建手術が終わる8カ月後まで延長し、そこから90日間給付を受けました。いろんな社会保障制度がありますね。資格試験の勉強も雇用保険の教育訓練給付制度を利用しました。

#### — その後、仕事は見つかりましたか？

「早く社会復帰を」と焦りすぎて、初めはうまくいきませんでした。本調子でないまま週4のデータ入力の仕事を始めたら、ひどいめまいに悩まされ、2カ月で辞めることになって……。その後も先走る気持ちに体力が追いつかず、苦しかったです。



何もかもうまくいかなくて、「私はもう社会から必要とされていないのかも」と家にひきこもった時期もありました。外に出て、誰かに「今、何しているの」と聞かれるのも怖かったです。

#### — そこから立ち直れたのは？

不登校の小中高生を支援する「教育支援センター（適応指導教室）」の仕事がきっかけになったように思います。入院中も勉強を続けて取得した精神保健福祉士の資格を生かせましたし、

「やっぱり人とかかわる仕事が好きなのかも」という気づきもありました。

2年前からは、精神保健福祉士の資格を生かして、市役所で相談員をしています。週5日ですが、1日約6時間の勤務なので、体力的にちょうどいい感じです。がん患者の方が来られることもあるんですよ。自分のがんや介護の経験が役立つ仕事ですから、長く続けたいですね。

### 「モットーは「無理しない」「人に頼る」

#### — 仕事はどこで探しましたか？

インターネット検索し、ハローワークで紹介状を出してもらいました。面接のときには、乳がんのことは正直に話しました。「乳がんです」とだけ伝えるのではなく、「基本的に業務には支障がないですが、体力的にきついことはあるかもしれません」と治療の状況や通院頻度などを含めて説明しました。そのほうが後で何かあっても困らないですし、採用する側も安心できると思いますから。

#### — 初発から10年ですが、今の思いは？

特に30代はつらかったです。でも今思えば、前に進んでないように見えても、実は少しずつ進んでいたし、すべてのことに意味があったのだと思えます。考え方も変わりました。以前は「何でも自分で」というタイプでしたが、今のモットーは「無理しない」と「人に頼る」です。気づけば、自分の体力とも折り合いをつけられるようになっていました。

2年前からは、「茨城がん体験談スピーカーバンク」に所属し、学校でがん体験を話す活動もしています。悩みながらも自分の居場所を見つけることができた経験を、たくさんの方に話していきたいですね。



## 03 山北 珠里さん (50代)

東京都品川区在住。薬学部卒業後、内資系・外資系製薬会社社で勤務する。40歳で受けたマンモグラフィ検査をきっかけに乳がんと診断されるが、仕事の忙しさを理由に病院から足が遠のく。43歳でホルモン治療を開始、5年後に乳房全摘および再建手術を受ける。2016年10月に肺と骨に転移。現在は仕事を辞め、治療を続けながらゆったり過ごす。



### 自分で生計を立てている私には仕事を辞める選択はなかった 今心がけるのはストレスフリーな生き方

#### — 初発からの治療の経緯は？

40歳のときに健康診断で受けたマンモグラフィ検査をきっかけに、乳がんと診断されました。転職したばかりで仕事も忙しく、すぐに治療を始めることができませんでした。乳がんのことを考えたくなくて、あえて忙しくしていたようにも思います。しこりが大きくなったので、3年後に病院を探し直し、ホルモン療法を始めました。

手術はその5年後です。乳房再建手術に希望を感じられたこと、またそのときに勤務していた会社の福利厚生が充実していたこともあって、決断しました。

自分で生計を立てていたのでも、治療のために仕事を辞めるという選択はなかったですね。

#### — 再発はどのように？

50歳のときにせきと背中への痛みが出たため、近くのクリニックを受診しました。肺と骨への転移でした。再発の可能性があることは理解して

いたとはいえ、ショックでした。

ちょうど新しい転職先が決まったばかりだったのですが、転職エージェントの方も私の状態を誤解されていたようです。私は、働けない状態ではないし、それを理由に仕事の機会や新たなチャレンジをあきらめる必要はないですよね。ですからその気持ちをお伝えして、新しい職場で仕事を続けることにしました。

#### — 再発後の仕事との向き合い方に変化はありましたか？

20代、30代では、やりたい仕事ができたといい満足感を、40代では管理職として質の違う仕事の経験を得ることができました。だからでしょうか、再発後は、仕事だけでなく、それ以外の時間も充実させたいと考えるようになりました。それで、まずは治療のことを丁寧に考える時間が持てるように生活設計し直して、タイミングを見計らって、仕事を辞めることにしました。

### がん相談支援センターなど 利用できるサポートをうまく使う

#### — 治療や生活面で心配があるときは？

現在通院している病院のがん相談支援センターを訪ね、ソーシャルワーカーの方に相談します。担当していただいているソーシャルワーカーの方が、とても親身になって健康保険や地域の訪問診療のことなどを調べて教えてくださいるので、大変助かっています。



ソーシャルワーカーの方は、主治医との関係に悩んだときなども相談にのってくださいます。相談の内容によってはソーシャルワーカーの方から主治医に伝えていただいたほうがよいこと、自分から主治医に伝えたほうがよいこと、その場合はどのように言ったら希望するところうまく持っていけるかなど、具体的なアドバイスをしてくださいます。

#### — ほかに相談した場所はありますか？

私の場合は、社会保険労務士や弁護士の方にも相談しました。専門家にアドバイスをいただくことも重要だと思います。がん相談支援センターでも、相談の内容に応じて、病院外の社会保険労務士や訪問看護師などに橋渡しをしてくださ

いました。

あとは、区役所にも行きました。担当窓口で保険のことなどを相談したのですが、思った以上に丁寧に対応してくださいましたよ。

### 自分と折り合いをつけて仕事を続けた

#### — 仕事を辞め、今はどんな生活を？

「残りの人生をどう過ごしますか」と聞かれたら、やりたいことを挙げる方が多いと思いますが、私はあえて、やりたくないことを極力避けてストレスを軽減する時間の過ごし方を目指しています。そのために、長時間 SNS を見ることはやめていますし、相談も、必要なことを適切な相手を選んできるようにしています。仕事を辞めてからは、本を読んだり、音楽を聴いたりする時間もできました。

#### — 振り返って、仕事と治療の両立についてどう思いますか？

生活の中で仕事が必要な比重を占めているときに、ある日突然「治療」が加わるわけですから、それまでと同じように仕事を続けていくことが困難になるのは当然です。その状況を理解し、受け入れることも簡単ではありません。

私も乳がんを診断された当初は、それまで通りの仕事を続けようと思いましたが、徐々に現実を受け入れる中で、自分に必要かつ最大限可能な仕事と治療は何かを考え、バランスを取る工夫をするようになりました。そのバランスは年齢やライフステージによっても変化するものです。その時点の自分にとって心地よいバランスを見つめることが大切ではないでしょうか。

また、必要な治療を選択するためには、主治医との信頼関係を築くことや、上司だけでなく部下や同僚の理解を得ることも重要になってくると思います。



## 04 村田 里依さん (40代)

埼玉県在住。会社員。夫、娘、息子の4人暮らし。都内大手証券会社に勤務していた2014年、43歳で左乳房にステージⅢの乳がんが発覚。治療と仕事を両立するも、父の病気を機に、2017年に地元のケーブルテレビ局へ転職。2019年8月、左脇と心臓のリンパ節に転移・再発。総合企画部総務課課長として現在も社内外の「働き方改革」を推し進める。



### がんになっても働き続けられる環境を創りたい 成し遂げたいことに邁進中です

#### — 転職する前の仕事と職場の環境は？

証券会社で決済業務を担当していました。会社は早くからダイバーシティや女性の活躍推進に力を入れており、出産後も働きやすい環境で、乳がん治療中も会社や同僚に支えられ、仕事との両立ができました。近所に住む父の病気と片道1時間半の通勤時間の負担を考え、自分のスキルを生かせる職場を地元で探すことに決め、ケーブルテレビ局に転職したのです。

#### — 転職後の環境はいかがでしたか？

転職して驚いたのは、長時間労働を美德とし、女性は出産する前に退職するという旧態依然の慣例でした。私は総務部の「働き方改革」担当者でしたから、就業規則を変えようと動きました。上層部は、「働き方改革とは従業員に何をさせる制度ではないか？」と捉えていた部分がありました。そこで「従業員に休暇を取らせたり、無駄な残業時間を短縮することは、決して会社の損失とはならず、むしろ従業員の仕事に対す

る士気を向上させ、ひいては企業の利益につながる」ということを、繰り返し説明しました。

#### 職場の古い慣例を社内外から改革

#### — どのように改革を進めたのですか？

まず、「女性でも長く働き続け、活躍したい」と考える女性従業員とともに、「長時間労働は今の時流に合わず、企業も人も豊かにならない」と訴え、さまざまな取り組みを開始しました。

そのころ、埼玉県の産業労働部に女性の就労を支援するウーマノミクス課が設立されたので協力を仰ぎました。これは「県全体としての取り組み」であること強調し、社内外でセミナーを開催するなどして理解者を増やし、休暇制度や産休制度などの整備を進めました。

やがて、「多様な働き方実践企業」として注目を浴びるようになり、県の「女性活躍の好事例集」に紹介され、「女性活躍を推進する企業」



帽子ブランドのプレゼン資料準備は着々とすすんでいる

として表彰されるなど、改革の外堀も埋まっていきました。

#### — 再発後の会社の対応や環境の変化は？

乳がんの再発がわかったのは、働き方改革に着手して3年目で、会社の意識もずいぶん変わってきていました。今はリモートワークをメインに働いていますが、「がんのステージⅣでも、働き方を工夫すれば元気に仕事ができ、成果もきちんと出すことができるんだよ」と、私を事例に伝えていきたいですね。

実際に、私が病気を公表したことで別の病気を抱える部下が相談してくれるようになりました。私は聞き手役に回り、仕事が続けられる方法を一緒に考えています。

#### — 精神的に乗り越えられましたか？

初発時は息子がまだ2歳で、幼い子どもたちを置いては死ねないと、毎日泣いていました。ただ、ステージⅢでしたから、今回の再発は来るべきときが来たという感じです。ならば、自分がやりたいと思っていることはすべて成し遂げようと、むしろ意を強くしています。

#### — 成し遂げたいこととは？

まず治療と就労を両立させる社内規定を作り

上げることです。社外でも、一社でも多くの企業の「治療と就労の両立に対する理解」を深めたいので、啓発を続けていきたいです。

個人的には、脱毛中にかぶる帽子のブランドを立ち上げる準備を進めています。私は抗がん剤治療中、職場ですっとウィッグをかぶっていましたが、蒸れにより皮膚炎を起こしてしまいました。そこで、着脱が便利な帽子に切り替えたのですが、仕事にかぶる視点で作られた帽子がなくて困りました。スーツにも似合い、見た目にも前向きに捉えていただけるおしゃれな帽子を作りたいとずっと構想を練っていき、実は完成間近なんです。

#### 「ママは私の誇り」娘の言葉が力に

#### — 精力的な活動にご家族の反応は？

主人は「家族で乗り越えよう」と言ってくれて、私が仕事をするにも大賛成です。最初の乳がんを伝えたときに泣きじゃくった娘は、今年、高校1年生になりました。「ママの生き方はすごくかっこいいし、かわいいし、私の誇り」と言ってくれます。私の姿を一番近くで見ながら何かを学び取り、自立心が育っていることがとても嬉しいです。

#### — 仕事と両立させるために大切なことは？

上司との関係も大切ですが、私は自分を理解してくれる仲間や部下とのコミュニケーションがとても重要だと思っています。誰かが休んでも代わりを任せられる仲間がいれば、安心して働けます。

「がんになっても働きたい」という気持ちがあれば、ぜひ続けてほしいです。仕事と治療を両立させている人が発信者となることで社会の認識は変わります。職種や職系を問わず、「働き続けたい」という意志を経営側に自ら伝えることは、非常に大切だと思っています。

就労、生活、お金…  
がんに関する悩みなら  
何でもOK

## がん相談支援センターに

気軽に相談を

「がん相談支援センター」は、全国のがん診療連携拠点病院など、質の高いがん医療を受けられる病院に設置された「がんの相談窓口」。もちろん就労に関する相談も大歓迎です。聖路加国際病院相談支援センターの橋本久美子さんに、センターの上手な利用方法を伺いました。

聖路加国際病院相談支援センター AYA サバイバーシップセンター  
医療連携室・がん相談支援室アシスタントナースマネージャー

橋本 久美子さん



— 橋本さんがいらっしゃる相談支援センターとはどんなところですか？

全国のがん診療連携拠点病院や地域がん診療病院などに設置されている「がん相談支援センター」の1つです。

がん相談支援センターは全国に447カ所あります。看護師やソーシャルワーカー、心理士などが、がんに関するさまざまな相談に応じています。国指定の研修を受けた「がん専門相談員」が必置となっています。

聖路加国際病院は総合病院でがんの相談に応じているので、症状や受診・転院の相談、セカンドオピニオン、緩和ケア、また、妊孕性温存、遺伝診療やゲノム診療、かかりつけ医や在宅医療など、「相談支援センター」がワンストップの相談窓口となり、医療連携室あるいは、がん相談支援室が対応します。細かいものも合わせて年間約7千件の相談に、がん専門相談員3人を含むスタッフ16人で対応しています。

※相談受件数、対応職員数などは施設により異なります

— どんな人が利用できますか？

どなたでも無料で利用できます。匿名での相談もOKです。自分が通院している病院かどうかは関係ありません。患者さんやご家族だけでなく、友人や職場の方でも大丈夫です。

— 近くのがん相談支援センターを知りたいときは？

国立がん研究センターが運営する「がん情報サービス」のサイトで検索してください。パソコンが苦手な方は、電話で聞くこともできます。セカンドオピニオンに対応してくれる病院や、先進医療に取り組んでいる病院などの情報も提供してくれます。

### 社会保険労務士やハローワークとも連携

— どんな相談が多いですか？

症状や副作用など、がん医療に関することや不安、治療費などの経済的相談、セカンドオピニオンについてなどさまざまです。自分



### PROFILE

聖路加国際病院医療連携室・がん相談支援室アシスタントナースマネージャー兼看護師。2008年より同院内の相談支援センターで医療連携とがん相談支援にかかわる。2013年には産業カウンセラーの資格取得。がん患者の就労支援や生活再建にも力を入れている。がん専門相談員。

のがんを家族に伝えるべきか悩む方もいます。「親に伝えた場合、ショックを受けた親をケアする余裕が自分がない」とか、「子どもが受験を控えている」「夫の仕事が大事な時期」などが理由です。治療以外のことは病院に相談できないかと思ってしまう方も多いのですが、治療と生活のイメージをつくるためにも相談することをおすすめします。

— 就労に関する悩みは？

仕事が続けられるかどうか、職場に伝えるかどうかで悩んでいる方が多いですね。「職場に出す書類を担当医にどう書いてもらったらいいか」といった手続きの相談もあります。

— 正規雇用と非正規雇用で悩みの違いは？

雇用形態よりも、職場の理解の程度で違います。「がんになったら働けない」と思い込んでいる人もいますし、会社の制度を利用したいと相談したら、「じゃ、治療優先で」と辞職に持っていかれそうになったというケースもあります。

— その場合はどんな対応を？

利用できる会社の制度や社会資源をソーシャルワーカーと一緒に調べます。同時に、本当に辞職しなければならなくなったときに備え、どんな制度を使って暮らしを維持していくか、社会保険労務士やハローワークとも連携しながらサポートしています。

— 職場からの相談を受けることは？

職場の方からの相談は、患者さんご本人を介

してという形が基本です。傷病手当金の申請に関する問い合わせはよくありますね。「どう見ても大丈夫じゃないように見えるのに、本人が『大丈夫、大丈夫』と言うので、それ以上言えないのですが、どうしたらいいですか」といった相談もありました。会社側にも「安全配慮義務」がありますから、対応に苦慮することがあるようです。

### 仕事を辞めるかどうかは慌てて決めない

— 仕事を辞めるかどうか悩んでいる人にはどんなアドバイスを？

「慌てないでください」と言っています。特に今は新型コロナウイルスの影響で、すぐに新しい仕事が見つかる状況ではありません。ハローワークなどで、現在の求人状況を確認するのもいいでしょう。

また、正規雇用ではなく、派遣や契約であっても、一定期間社会保険に入っていれば、最長で1年半傷病手当金が受給できます。その期間は収入ゼロにはならないわけですから、少し余裕をもって考えることができるのではないのでしょうか。

— 最後にメッセージを。

心や体のことから社会保障、法律まで、さまざまな専門職と連携していますので、安心して何でも相談してほしいですね。「ちょっと話を聞いてください」でもいいので、気軽にがん相談支援センターを利用してほしいと思います。

仕事を  
辞めるという  
選択は、  
もちろんアリ。



頼りになる  
ソーシャルワーカーを  
見つけると、  
いつだってバ強い。



医者に  
伝えることは、  
ポイントを  
メモしておく。

自分が入っている  
健康保険の  
保障を  
確認すべし。



今回取材させていただいた5名のみなさん。  
誌面の関係で掲載できなかった言葉をここで紹介します。  
乳がん患者さんに送る心強いメッセージです！

Voice of

# LIFE

もがいていても、  
いつか光は  
見える。



週1でも、  
働くことで社会に  
つながってあげようが  
いいと感じる。

一度は  
がん相談  
支援センターに  
行ってみると  
いいですよ。

職場では  
「がんの人」って  
扱われたいことが  
大切。



# with...



頼れる  
相談相手が  
いないなら、  
自分から探しに  
行けばいい。



仕事を続ける  
続けられないは  
その人の  
人生の選択。

健康な人と  
同じように  
暮らすには  
お金が  
かかります。

仕事中は  
病気の自分を  
忘れちゃいます。

病院だからと  
お金の話を  
避ける必要はない。

「病気と就労」に  
正規、非正規の  
垣根は  
あるべきではない。



10年前の  
環境だったら  
こんなには  
働けなかった  
だろうな。

仕事とは  
お金もやりがいも  
含めて  
「生きる」こと。

職場環境を  
よくするには  
社内外の人を  
巻き込むこと。

病気のことを  
周りに言わない  
選択もあります。