Ⅲ　結果の概要（就労等に関して）

1　本人の就労状況の変化　　（問18から問26関係）

（１）診断時と現在の就労状況（問18）

診断時に比べて調査時は、就労者全ての種類において減少しており、無職、定年退職後が増加している。（図33）

図33　診断時と現在の就労状況（基本集計）

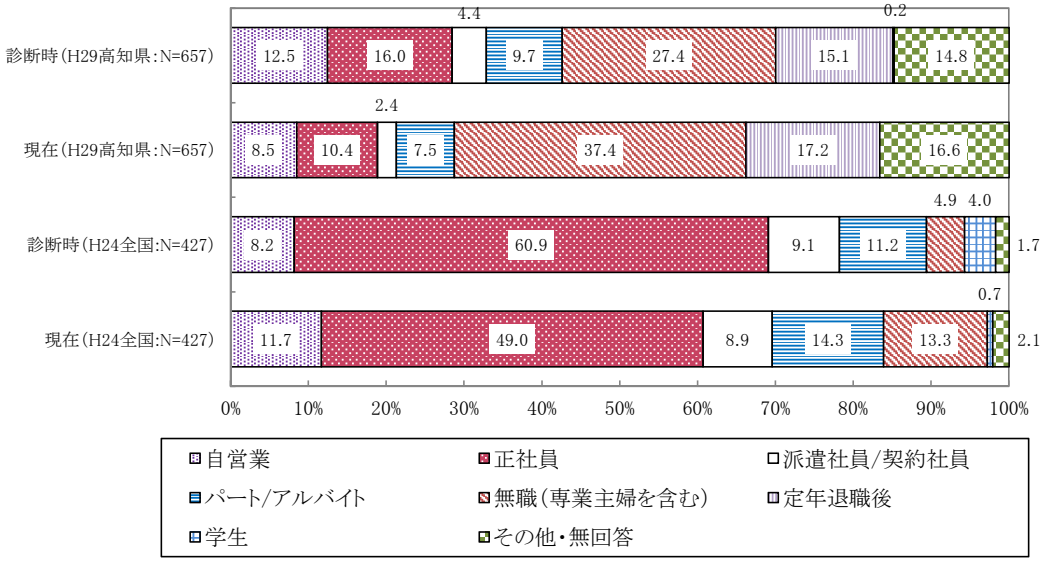


表10　診断時と現在の就労状況（基本集計）

	H29年度(回答数:657)				全国(回答数:427)			
	診断時		現在		診断時		現在	
自営業	82	(12.5)	56	(8.5)	35	(8.2)	50	(11.7)
正社員	105	(16.0)	68	(10.4)	260	(60.9)	209	(49.0)
派遣社員/契約社員	29	(4.4)	16	(2.4)	39	(9.1)	38	(8.9)
パート/アルバイト	64	(9.7)	49	(7.5)	48	(11.2)	61	(14.3)
無職（専業主婦を含む）	180	(27.4)	246	(37.4)	21	(4.9)	57	(13.3)
定年退職後	99	(15.1)	113	(17.2)	－	－	－	－
学生	1	(0.2)	0	(0.0)	17	(4.0)	3	(0.7)
その他	32	(4.9)	28	(4.3)	6	(1.4)	4	(0.9)
無回答	65	(9.9)	81	(12.3)	1	(0.3)	5	(1.2)
合計	657	(100.0)	657	(100.0)	427	(100.0)	427	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（２）検査や治療が進む中での働き方の変化（問19）

診断時に働いていた方の検査や治療が進む中での働き方の変化に対する問いでは、「変化なし（同じ職場の同じ部署に勤務している）」と回答した方が最も多く47.5%、次いで「退職して再就職していない」12.1%となっている。（図34）

図34　検査や治療が進む中での働き方の変化（基本集計）

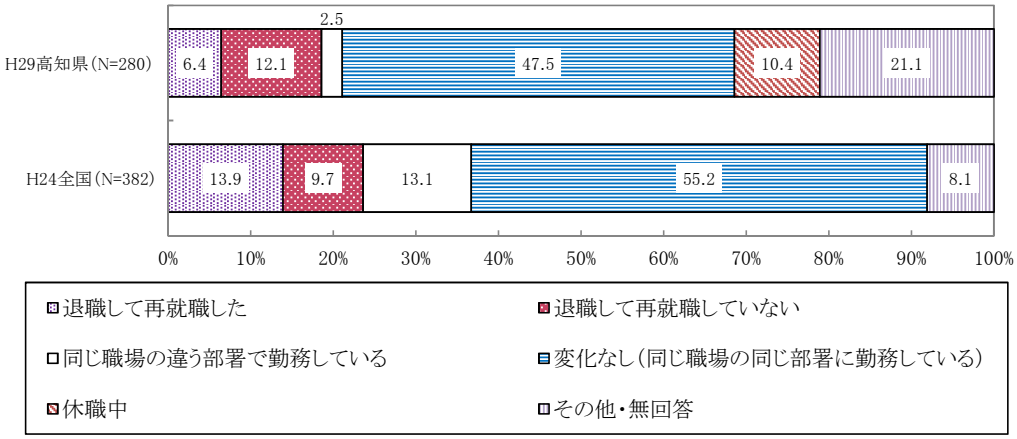


表11　検査や治療が進む中での働き方の変化（基本集計）

	H29年度		全国	
	(N=280)		(N=382)	
退職して再就職した	18	(6.4)	53	(13.9)
退職して再就職していない	34	(12.1)	37	(9.7)
同じ職場の違う部署で勤務している	7	(2.5)	50	(13.1)
変化なし（同じ職場の同じ部署に勤務している）	133	(47.5)	211	(55.2)
休職中	29	(10.4)	－	－
その他	15	(5.4)	24	(6.3)
無回答	44	(15.7)	7	(1.8)
合計	280	(100.0)	382	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（３）退職・異動の経緯（問20）

約半数は自分から希望して退職・異動をおこなっている。会社側（勤務先）からの指示によるものは、全国調査の40.0%に対し、21.4ポイント低い18.6%であった。（図35）

図35　退職・異動の経緯（基本集計）

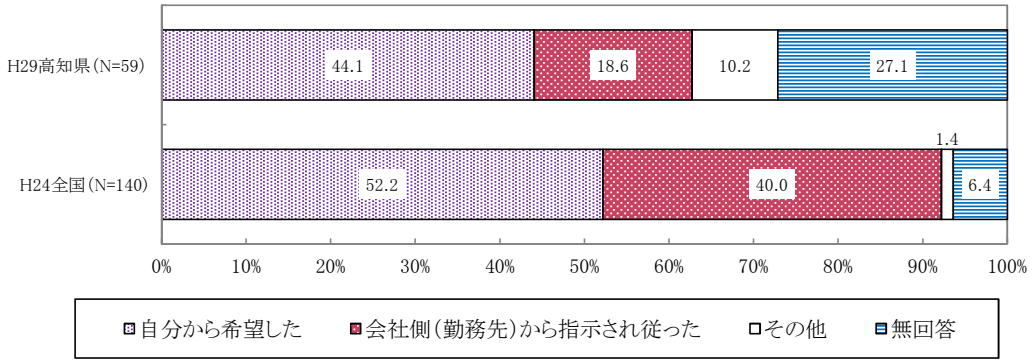


表12　退職・異動の経緯（基本集計）

	H29年度		全国	
	(N=59)		(N=140)	
自分から希望した	26	(44.1)	73	(52.2)
会社側（勤務先）から指示され従った	11	(18.6)	56	(40.0)
その他	6	(10.2)	2	(1.4)
無回答	16	(27.1)	9	(6.4)
合計	59	(100.0)	140	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（４）再就職先の雇用主は治療歴を知っているか（問21）

再就職先の雇用主が治療歴を「知っている」と答えた方は、50.0％で、全国の56.6％に比べて6.6ポイント低かった。（図36）

図36　再就職先の雇用主が治療歴を知っているか（基本集計）

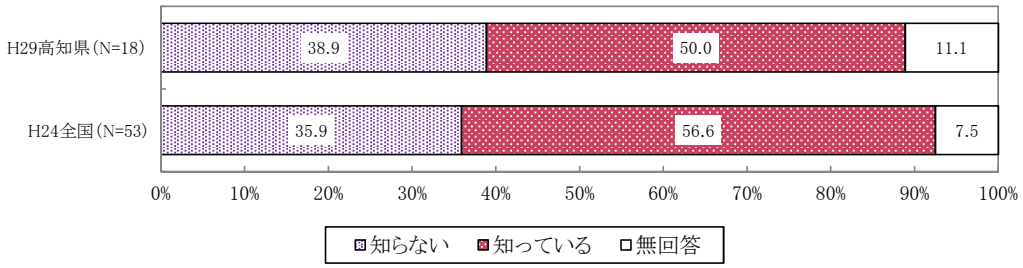


表13　再就職先の雇用主が治療歴を知っているか（基本集計）

	H29年度		全国	
	(N=18)		(N=53)	
知らない	7	(38.9)	19	(35.9)
知っている	9	(50.0)	30	(56.6)
無回答	2	(11.1)	4	(7.5)
合計	18	(100.0)	53	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（５）診断時も現在も働いてる方の職種（問23）　（複数回答）

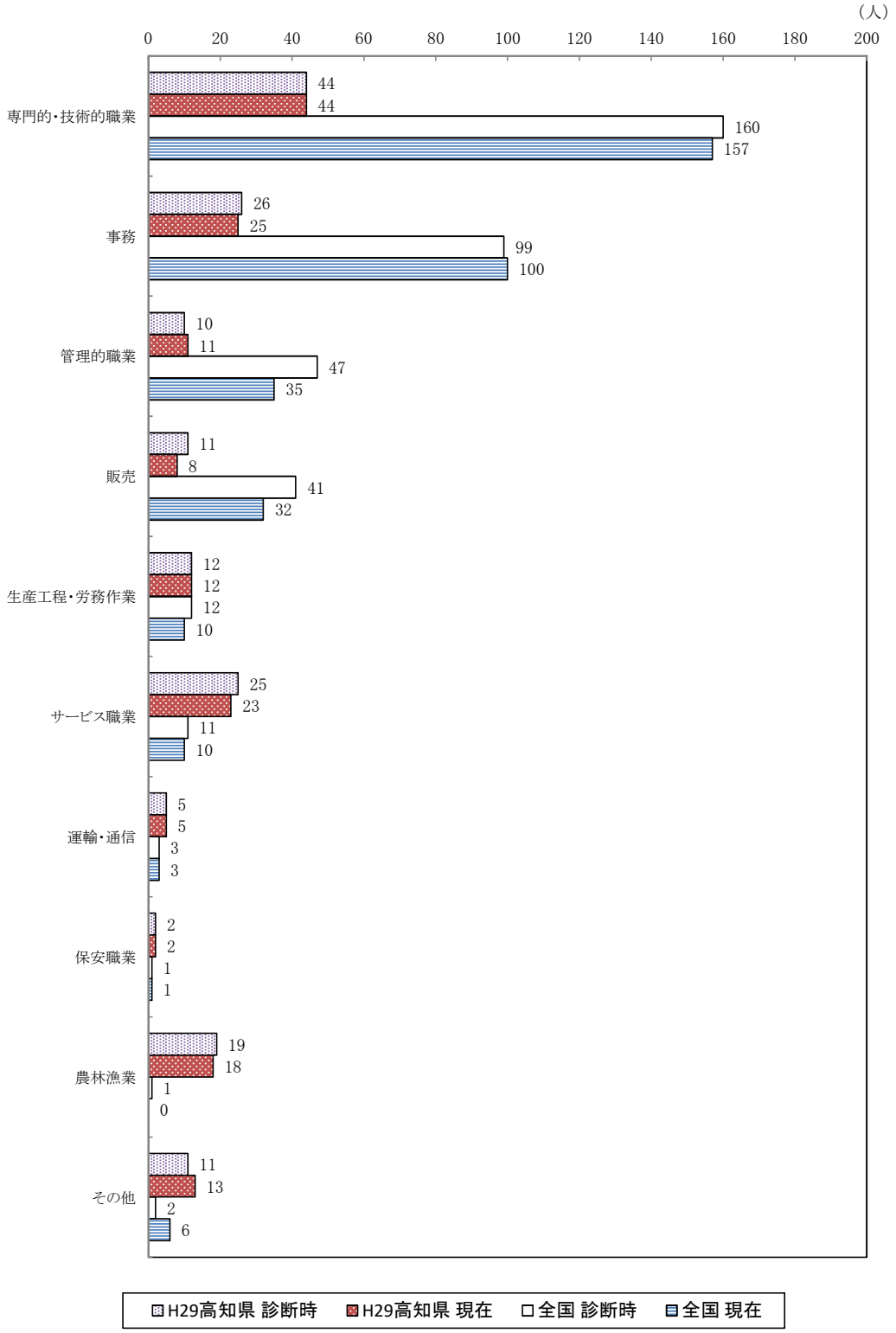
働いている方の職種をみると、診断時と現在の職種の差はほぼ見られない。（表14）

表14　診断時も現在も働いている方の職種（複数回答）（基本集計）

	H29年度				全国			
	診断時		現在		診断時		現在	
専門的・技術的職業	44	(24.3)	44	(24.3)	160	(41.9)	157	(43.9)
事務	26	(14.4)	25	(13.8)	99	(25.9)	100	(27.9)
管理的職業	10	(5.5)	11	(6.1)	47	(12.3)	35	(9.8)
販売	11	(6.1)	8	(4.4)	41	(10.8)	32	(8.9)
生産工程・労務作業	12	(6.6)	12	(6.6)	12	(3.1)	10	(2.8)
サービス職業	25	(13.8)	23	(12.7)	11	(2.9)	10	(2.8)
運輸・通信	5	(2.8)	5	(2.8)	3	(0.8)	3	(0.8)
保安職業	2	(1.1)	2	(1.1)	1	(0.3)	1	(0.3)
農林漁業	19	(10.5)	18	(9.9)	1	(0.3)	0	(0.0)
その他	11	(6.1)	13	(7.2)	2	(0.5)	6	(1.7)
回答数	165	(91.2)	161	(89.0)	377	(98.7)	354	(98.9)
無回答	16	(8.8)	20	(11.0)	5	(1.3)	4	(1.1)
合計	181	(100.0)	181	(100.0)	382	(100.0)	358	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

図37　診断時も現在も働いている方の職種（複数回答）（基本集計）



（６）診断時と現在の職場の就労者数（問24）

職場の就労者数をみると、診断時と現在の差はほぼみられない。（図38）

図38　診断時と現在の職場の就労者数（基本集計）

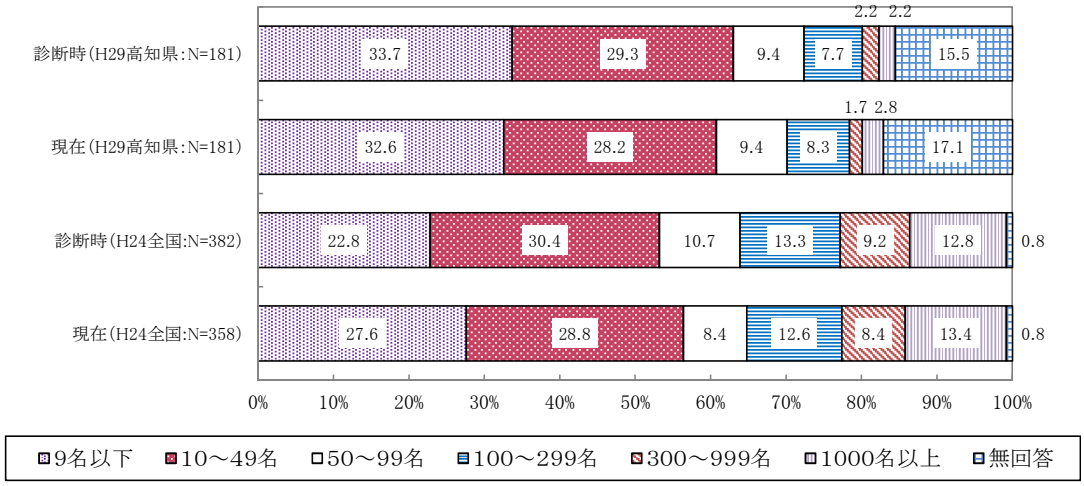


表15　診断時と現在の職場の就労者数（基本集計）

	H29年度				全国			
	診断時		現在		診断時		現在	
９名以下	61	(33.7)	59	(32.6)	87	(22.8)	99	(27.6)
１０～４９名	53	(29.3)	51	(28.2)	116	(30.4)	103	(28.8)
５０～９９名	17	(9.4)	17	(9.4)	41	(10.7)	30	(8.4)
１００～２９９名	14	(7.7)	15	(8.3)	51	(13.3)	45	(12.6)
３００～９９９名	4	(2.2)	3	(1.7)	35	(9.2)	30	(8.4)
１０００名以上	4	(2.2)	5	(2.8)	49	(12.8)	48	(13.4)
無回答	28	(15.5)	31	(17.1)	3	(0.8)	3	(0.8)
合計	181	(100.0)	181	(100.0)	382	(100.0)	358	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（７）診断時の職場における産業医の有無（問22）

診断時の職場に産業医が「いた」と回答した方は10.0%、「いない」と回答した方は50.0%となっている。（図39）

図39　診断時の職場における産業医の有無（基本集計）

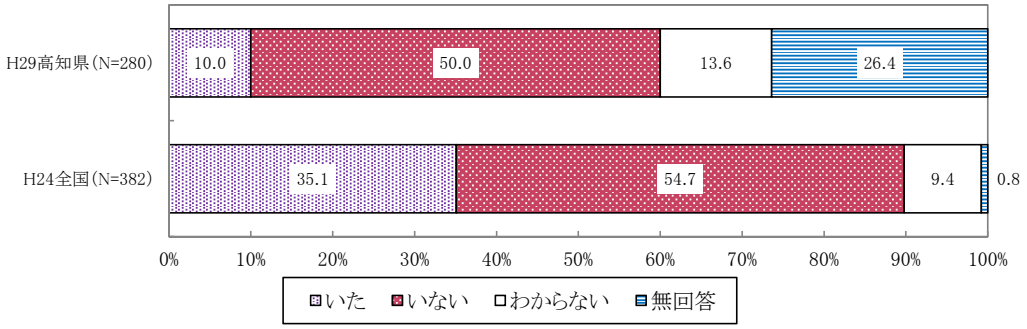


表16　診断時の職場における産業医の有無（基本集計）

	H29年度		全国	
	(N=280)		(N=382)	
いた	28	(10.0)	134	(35.1)
いない	140	(50.0)	209	(54.7)
わからない	38	(13.6)	36	(9.4)
無回答	74	(26.4)	3	(0.8)
合計	280	(100.0)	382	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（８）将来の就労を希望するか（問25）

将来、再就労を希望しているかについて「はい（希望している）」と回答した方は17.1％、「いいえ（希望していない）」と回答した方は58.9％となっている。このことから、再就職を望まない方のほうが約40％多いことが分かる。（図40）

図40　将来の就労希望（基本集計）

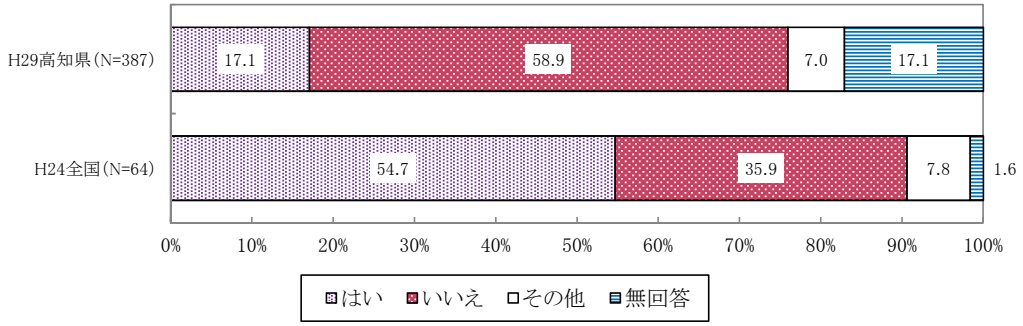


表17　将来の就労希望（基本集計）

	H29年度		全国	
	(N=387)		(N=64)	
はい	66	(17.1)	35	(54.7)
いいえ	228	(58.9)	23	(35.9)
その他	27	(7.0)	5	(7.8)
無回答	66	(17.1)	1	(1.6)
合計	387	(100.0)	64	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（９）収入の変化（問26）

診断時と現在の収入の変化をみると、個人収入も世帯収入も「変わらない」と回答した方が最も多く、次いで「減った」となっている。（図41）

図41　診断時と現在の収入の変化（基本集計）

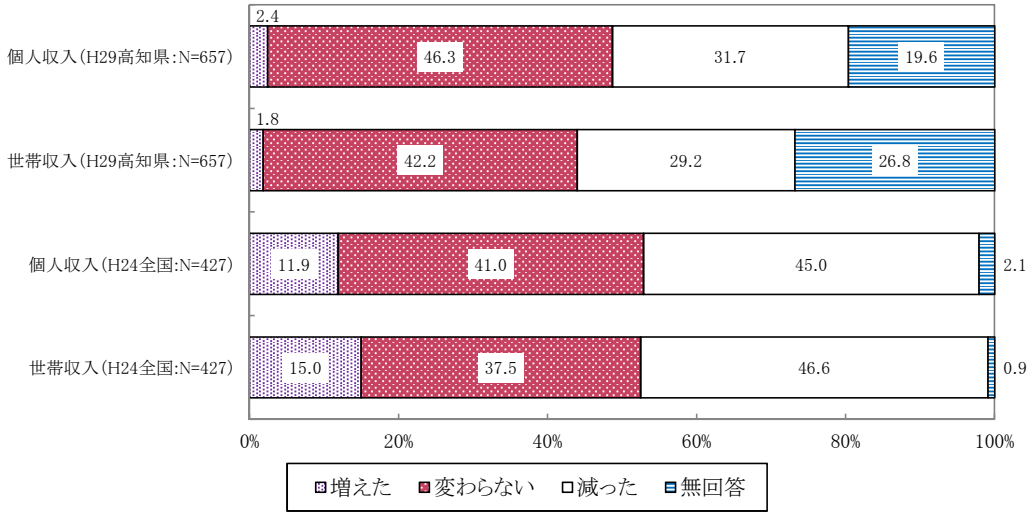


表18　診断時と現在の収入の変化（基本集計）

	H29年度				全国			
	個人収入		世帯収入		個人収入		世帯収入	
増えた	16	(2.4)	12	(1.8)	51	(11.9)	64	(15.0)
変わらない	304	(46.3)	277	(42.2)	175	(41.0)	160	(37.5)
減った	208	(31.7)	192	(29.2)	192	(45.0)	199	(46.6)
無回答	129	(19.6)	176	(26.8)	9	(2.1)	4	(0.9)
合計	657	(100.0)	657	(100.0)	427	(100.0)	427	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

2　就労の悩みの相談状況

（問27から問31関係）

（１）誰かに相談したことがあるか（問27）

就労についての悩みを、誰かに相談したことが「ある」と回答した方は18.3％となっており、「ない」と回答した方は60.0％となっている。このことから、相談したことがない方が約40％多いことが分かる。（図42）

図42　誰かに相談したことがあるか（基本集計）

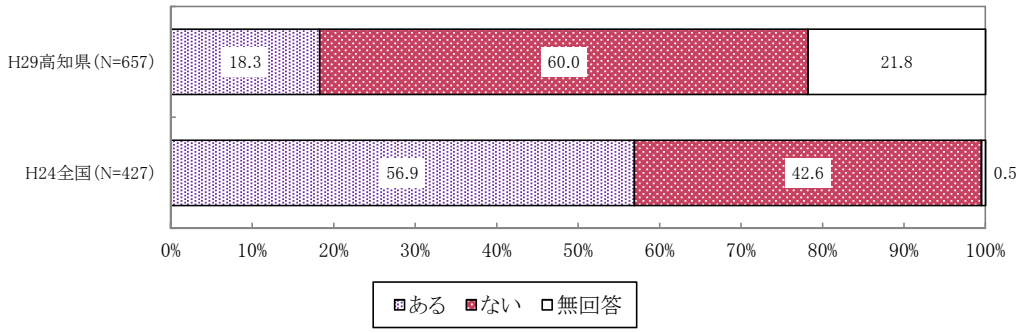


表19　誰かに相談したことがあるか（基本集計）

	H29年度		全国	
	(N=657)		(N=427)	
ある	120	(18.3)	243	(56.9)
ない	394	(60.0)	182	(42.6)
無回答	143	(21.8)	2	(0.5)
合計	657	(100.0)	427	(100.0)

※全国値は平成24年厚生労働省がん臨床研究事業での、「治療と就労の両立に関するアンケート調査」の値

（２）相談した相手（問28）　（複数回答）

相談相手としては家族が最も多く、上司、友人が続いた。（図43）

図43　相談した相手（複数回答）（基本集計）

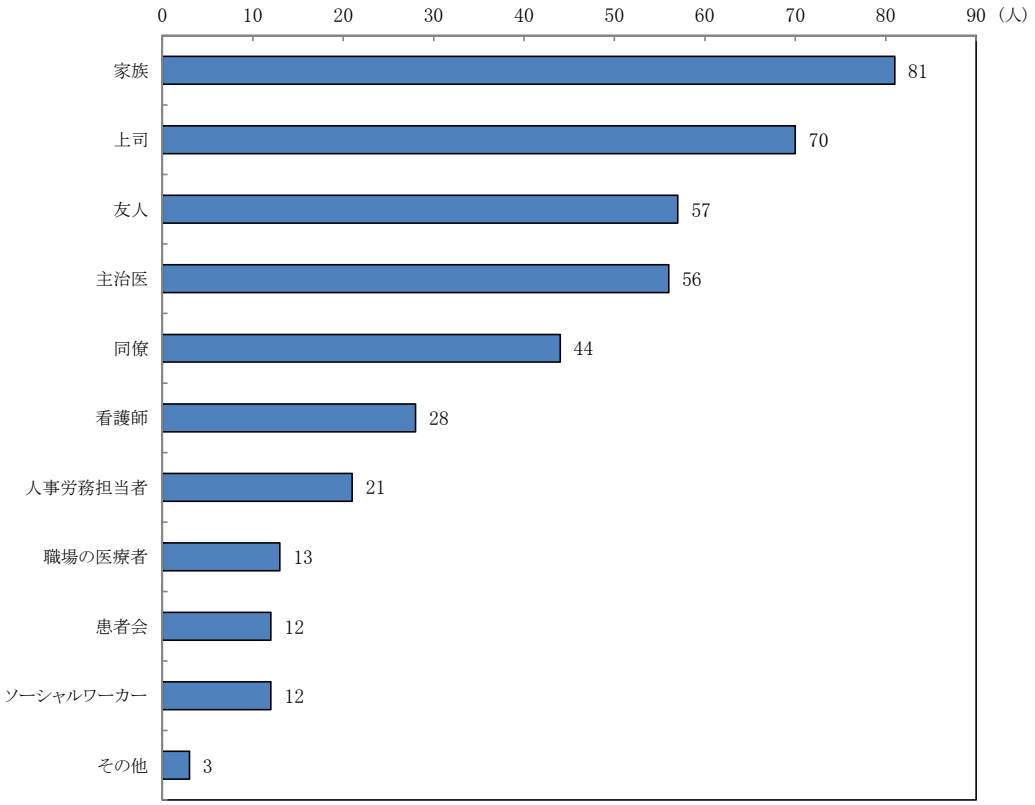


表20　相談した相手（複数回答）（基本集計）

	H29年度	
	(N=397)	
家族	81	(20.4)
上司	70	(17.6)
友人	57	(14.4)
主治医	56	(14.1)
同僚	44	(11.1)
看護師	28	(7.1)
人事労務担当者	21	(5.3)
職場の医療者	13	(3.3)
患者会	12	(3.0)
ソーシャルワーカー（医療機関の相談室相談員）	12	(3.0)
その他	3	(0.8)
合計	397	(100.0)

（３）相談した人と役だち度（問28）（複数回答）

就労についての悩みを相談してみて「とても役立った」及び「やや役立った」相手は、主治医が最も多く98.2％で、次いで家族が97.5％、看護師が96.4％となっている。（図44）

図44　相談した人と役だち度（複数回答）（基本集計）

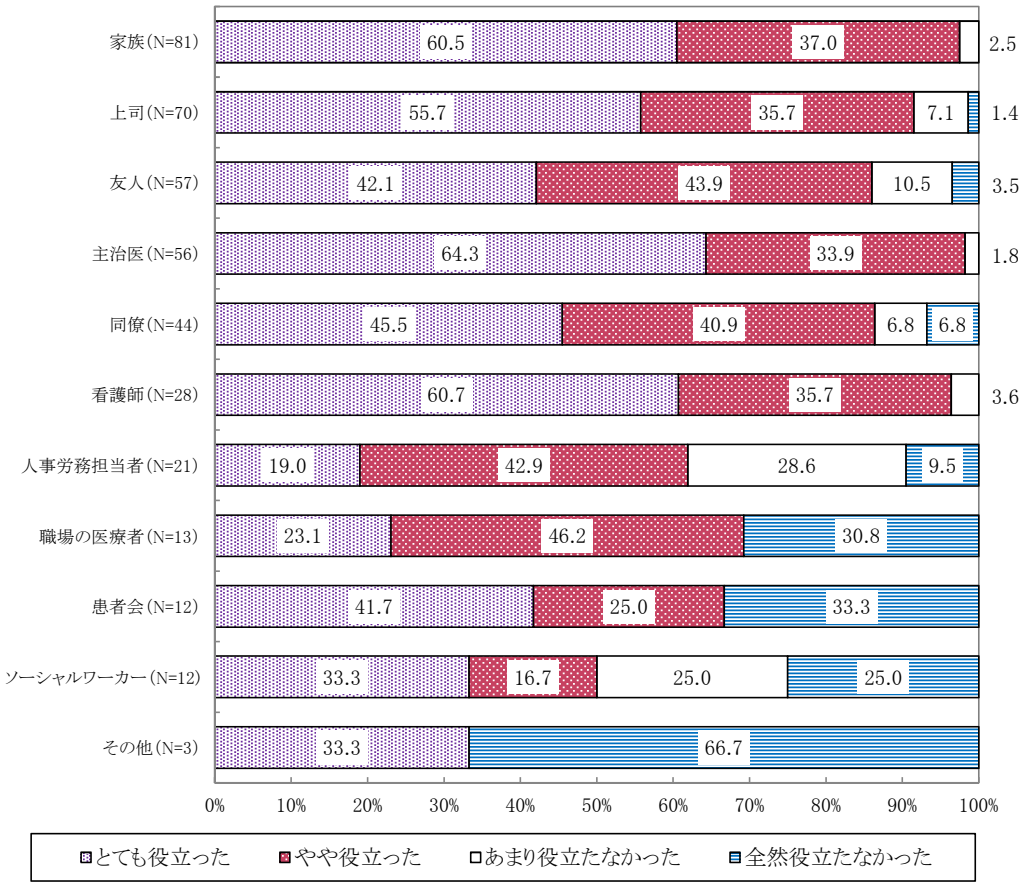


表21　相談した人と役だち度（複数回答）（基本集計）

	H29年度 (N=397)				
	とても役立った	やや役立った	あまり役立たなかった	全然役立たなかった	合計
家族	49 (60.5)	30 (37.0)	2 (2.5)	0 (0.0)	81 (100.0)
上司	39 (55.7)	25 (35.7)	5 (7.1)	1 (1.4)	70 (100.0)
友人	24 (42.1)	25 (43.9)	6 (10.5)	2 (3.5)	57 (100.0)
主治医	36 (64.3)	19 (33.9)	1 (1.8)	0 (0.0)	56 (100.0)
同僚	20 (45.5)	18 (40.9)	3 (6.8)	3 (6.8)	44 (100.0)
看護師	17 (60.7)	10 (35.7)	1 (3.6)	0 (0.0)	28 (100.0)
人事労務担当者	4 (19.0)	9 (42.9)	6 (28.6)	2 (9.5)	21 (100.0)
職場の医療者	3 (23.1)	6 (46.2)	0 (0.0)	4 (30.8)	13 (100.0)
患者会	5 (41.7)	3 (25.0)	0 (0.0)	4 (33.3)	12 (100.0)
ソーシャルワーカー（医療機関の相談室相談員）	4 (33.3)	2 (16.7)	3 (25.0)	3 (25.0)	12 (100.0)
その他	1 (33.3)	0 (0.0)	0 (0.0)	2 (66.7)	3 (100.0)
合計	202 (50.9)	147 (37.0)	27 (6.8)	21 (5.3)	397 (100.0)

（４）相談しなかった理由（問29）（複数回答）

相談しなかった理由としては、「相談するほど困っていなかった」が最も多く、次いで「相談するという発想がなかった」、「相談相手がいなかった」となっている。（図45）

図45　相談しなかった理由（複数回答）（基本集計）

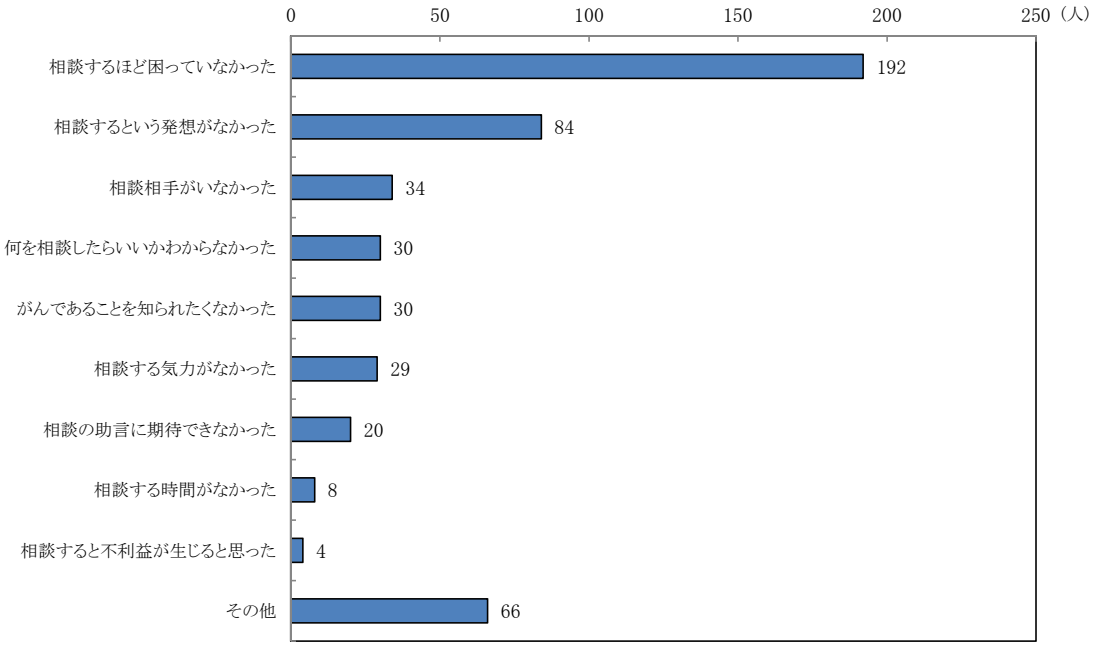


表22　相談しなかった理由（複数回答）（基本集計）

	H29年度	
	(N=497)	
相談するほど困っていなかった	192	(38.6)
相談するという発想がなかった	84	(16.9)
相談相手がいなかった	34	(6.8)
何を相談したらいいかわからなかった	30	(6.0)
がんであることを知られたくなかった	30	(6.0)
相談する気力がなかった	29	(5.8)
相談の助言に期待できなかった	20	(4.0)
相談する時間がなかった	8	(1.6)
相談すると不利益が生じると思った	4	(0.8)
その他	66	(13.3)
合計	497	(100.0)

（５）診断後の就労について対応に困ったこと（問30）（複数回答）

診断後の就労について対応に困ったことは、「本人の心理的な問題」が最も多く、次いで「経済的な困難」、「通勤・仕事中の副作用や後遺症の問題」となっている。（図46）

図46　診断後の就労について対応に困ったこと（複数回答）（基本集計）

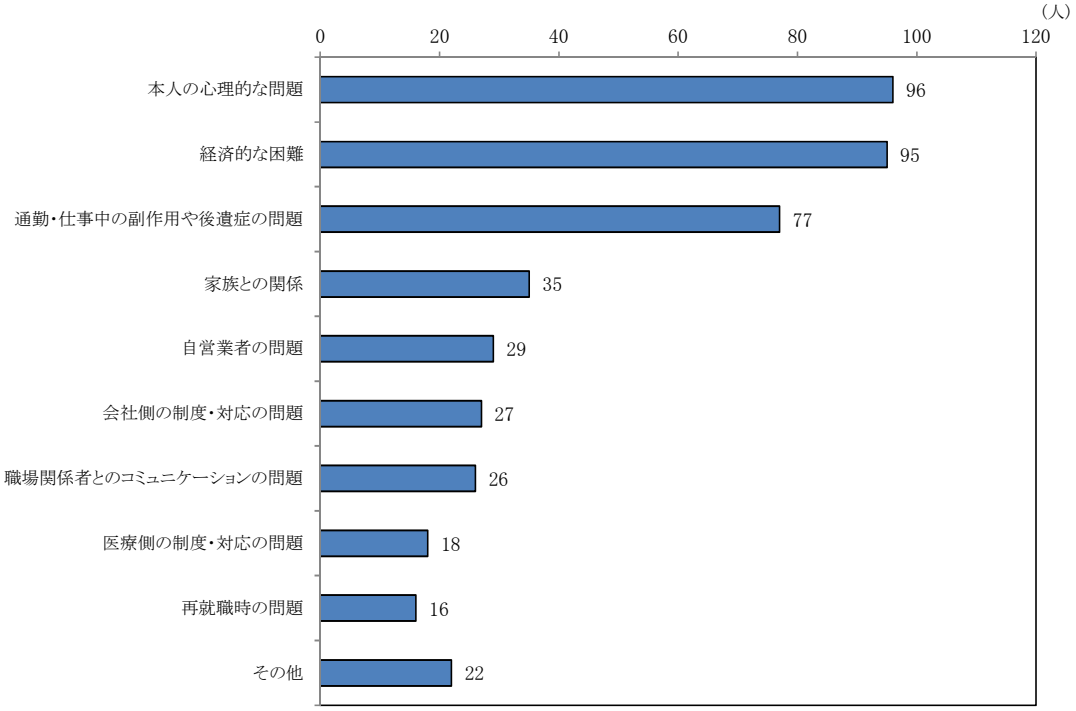


表23　診断後の就労について対応に困ったこと（複数回答）（基本集計）

	H29年度 (N=441)	
本人の心理的な問題	96	(21.8)
経済的な困難	95	(21.5)
通勤・仕事中の副作用や後遺症の問題	77	(17.5)
家族との関係	35	(7.9)
自営業者の問題	29	(6.6)
会社側の制度・対応の問題	27	(6.1)
職場関係者とのコミュニケーションの問題	26	(5.9)
医療側の制度・対応の問題	18	(4.1)
再就職時の問題	16	(3.6)
その他	22	(5.0)
合計	441	(100.0)

（６）治療と就労の両立に向けた工夫（問31）（複数回答）

治療と就労の両立に向けた工夫としては、「体調管理・体力保持に留意した」が最も多く、次いで「働き方を工夫した（時間短縮、勤務日減少等）」、「通院スケジュールを工夫した（仕事に影響が出ないよう通院等）」、「職場関係者への状況説明、コミュニケーションの工夫」となっている。（図47）

図47　治療と就労の両立に向けた工夫（複数回答）（基本集計）

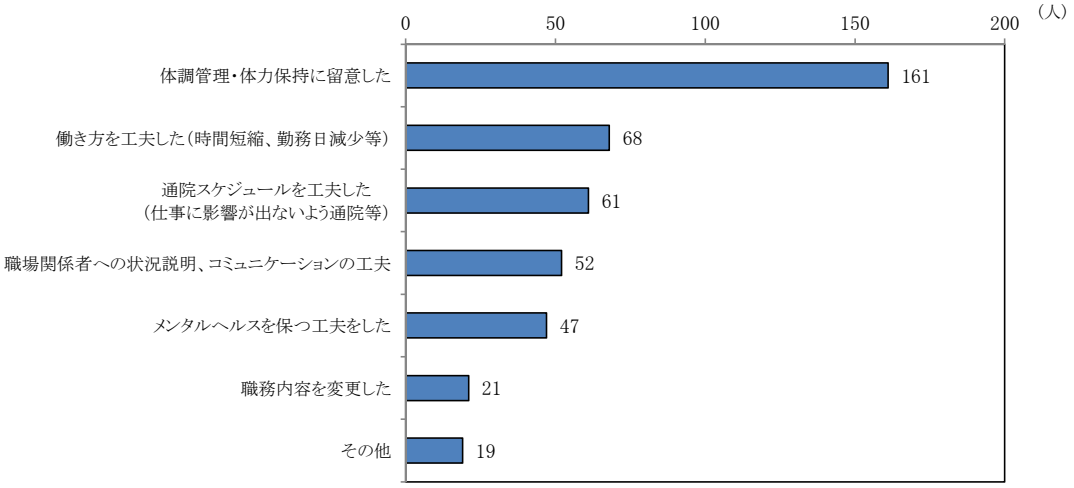


表24　治療と就労の両立に向けた工夫（複数回答）（基本集計）

	H29年度	
	(N=429)	
体調管理・体力保持に留意した	161	(37.5)
働き方を工夫した（時間短縮、勤務日減少等）	68	(15.9)
通院スケジュールを工夫した （仕事に影響が出ないよう通院等）	61	(14.2)
職場関係者への状況説明、コミュニケーションの工夫	52	(12.1)
メンタルヘルスを保つ工夫をした	47	(11.0)
職務内容を変更した	21	(4.9)
その他	19	(4.4)
合計	429	(100.0)

３　自由記載等について

アンケートでは、（１）診断後の就労について対応に困ったこと、（２）治療と就労の両立に向けた工夫、（３）働くことに関連して知りたいことの３点について自由記述欄を設けました。

多くのご意見が寄せられましたが、以下、（１）～（３）のそれぞれについて、記載内容をまとめたカテゴリーと、典型的な記載例を示します。記載例は、読みやすさを考えて内容が変わらない程度に修正してあります。

（１）診断後の就労について対応に困ったこと

対応に困ったことに関する自由記述の内容は大別して、

１．経済的な困難
２．職場の制度・対応の問題
３．職場関係者とのコミュニケーションの問題
４．自営業者の問題
５．家族との関係
６．医療側の制度・対応の問題
７．本人の心理面への影響
８．通勤・仕事中の副作用や後遺症の問題
９．再就職時の問題
１０．その他

カテゴリー	記載内容
１．経済的な困難	
（１）退職	・抗がん剤の副作用もあり、仕事は7～10日間が限度です。今夏、体調不良となり仕事をやめています。 ・50過ぎに長年勤めた会社を体力的に不安を感じ退職。母は年金暮らし。扶養家族はいません。会社を退職するに辺り、いろいろ考え今後のことは何とかなると思い辞めました。不安があれば辞めませんでした。その後も病気が分かり、母の介護もあり、地道に生活しています。
（２）減給	・がんになり副作用で目まい、疲れなどがあり1日中の立ち仕事が困難になり、月4～5回程度しか働くことができなく収入が減ったため。
（３）その他	・保険の中に就労補償があったが、2カ月目の内容に医師が働く事が可能のように診断書に記述したため、補償金が支払われず困っている。 ・入院治療、通院にはお金が掛かりました。保険も下りましたが5年間の治療の前には何の意味もありません。

２．職場の制度・対応の問題	
（１）職場の対応について	・患肢側で重い物を持ったり力の入ることをしてはいけないが、見た目に分かるわけでもなく理解されにくい。職場の環境によりすぐに不調が出るが、自分だけの為に改善してもらうことは難しい。 ・「通院は全て当直明けに行ってほしい」「診察の間隔を広げられないのは、努力が足りない」「主治医に文句を言ってやりたい（診察月1回のことで）」と言われて深く傷ついた。直属の上司（就職時の上司とは別人）から、乳がんのことを隠して就活したのではないかと罵られた。乳房再建のことで、職場の産業医に相談したら、「命に係わる訳でもないので、しなくてもいい手術」と言われた。上司や産業医から、もっと他の職場のほうが向いていると退職を勧められた。 ・就労者数が少ないので、会社のほうでも身体の続く限り来てくださいと言われた。 ・体調が悪いときに休める場所が確保されていない。また、短期で休みをとることも気がひける。 ・通院の休みをとりにくい。
（２）治療に理解ある職場	・手術、治療の為にやむを得ず退職したが、上司が理解のある方で抗がん剤治療の最中に再度同じ職場に雇用してもらえた。 ・周りの会社の人達に理解があり、治療も半日及び2、3時間で受けられたので助かりました。 ・職場でも理解があり、特に問題なかった。すぐ復帰できた。 ・仕事内容を少し変更してもらった。
（３）その他	・入院時の仕事の対応。 ・体調が悪いため時短にしなければ無理であった。店長だったので治療中にメンバーをまとめることが難しかった。 ・抗がん剤治療を受けながらも就労できる社会制度になってほしい。
３．職場関係者とのコミュニケーションの問題	
（１）誰にも話してない	・今も仕事で隠している。家族のほうが真っ白で困った。 ・職場でオープンに病名について話せなかった。 ・同僚に、がん治療中のことを知られたくなかった。
４．自営業者の問題	
（１）将来の不安	・事業の継続について。 ・自社の後継者の問題で悩んでいる。
（２）お客様への心配	・自営業のため、お客さんの気持ちを全部受け入れできないため。（現在治療中）
（３）家族との関係	・農家で何かと主人に負担がいくようになり、義母から苦情を言われるようになりました。力仕事が多かったので、できなかったのと見た目が元気だったので日々辛かったです。 ・自営業の手伝いができず夫の負担が大きくなっている。 ・自営業も外作業は全くできず、家内が一人頑張っている。
（４）その他	・後継者について困った。現在満80才、病気に打ち勝ってる状況なので後継者のバドンタッチに成功した。 ・自営の為、仕事に困ることはない。

５．家族との関係	
（１）夫婦の関係	・子供が無理なら、離婚を考えている。
（２）親子の関係	・思春期の子供を持っていたので、仕事と家庭、体調のバランスが崩れるときがあった。
（３）家族からの心配	・就労したい気持ちはありますが、家族が私の体を気遣い反対している。遠距離介護の問題もあり難しい。
６．医療側の制度・対応の問題	
（１）医療側の対応	・診断書の作成に時間が掛かり過ぎていると感じます。
（２）その他	・先生は手術した方の体験を話してくださいますが、生の声を聞けるともっといいかなと思いました。
７．本人の心理面への影響	
（１）同僚への心配	・副作用がひどくなったとき、急に休まないといけなくなった場合、職場の人に迷惑をかけるようになる。 ・定期受診日には仕事を休むことになり、職場を留守にすることで他の職員に負担がかかる。
（２）仕事への心配	・仕事しながらの治療に、副作用が心配で時々落ち込んでいました。 ・現在の職務を全うすることが困難になっているため転職を考えている。再就職についての悩みが大きい。 ・今までどおりの仕事ができるのか少し不安がありました。 ・今まで通りの仕事ができないので。 ・休むにあたり職務上の支障が生じるので、申し訳ないという思いから多少私のほうがギクシャクしたように思う。 ・検査等で仕事を休まなければならず、迷惑がかかってしまう。 ・通院や治療後の休みをもらうことを悪いなと思ってしまい、就労が苦になっていた。 ・いつまでどのくらい働けるのかは、自分でも予測がつきません。職場の理解があって、今の仕事を続けていますが、やはり忙しい時期には、治療で穴をあけるのは気をつかいます。 ・ずっと仕事ができないのではないか、また、病気のことをどこまで話せばよいのかと不安ばかりでした。 ・やれる仕事が決まってくるので少し気を使う。 ・仕事をしながらの通院だったので、1年目は2週間に1度診察に行かなくてはならず、休みが取りにくかった。
（３）将来への不安	・休職中で収入が少ない。いつになれば前のように職場に戻れるのか分からない。 ・今後の手術の方法によってその後の治療法も変わってくるので、今から様々な問題がおきてくると思います。 ・先のことがはっきりせず、何年生きていけるかとかが不安。 ・自分ががんであることに対して、心がいつも不安になる。 ・職場を休職扱いになったので傷病手当で大学生・高校生の子供を母子家庭の私が育てていくのはなかなか困難である。自分の病気のことよりも、子供たちを育てていけることができるかということが気掛かりである。 ・一人生活の中で気持が滅入ったり、職場復帰がいつになったらできるだろうかと、精神、心理的に落ち込んだ時期があった。

（４）副作用・再発の不安	・ 再発の心配もあり、仕事を続けていけるか不安。 ・ いつ再発するか不安だった。 ・ うつ状態となり、病気前の状態に戻るのに時間がかかった。 ・ 再発の不安。 ・ 手・足先の痺れがあり、日常生活には困らないが自信がなかった。 ・ 医師から聞いている副作用の他に、どんな副作用があるか分からない。 ・ 仕事上で副作用がどの程度のものか実際には分からないゆえに仕事柄不安を感じた。 ・ 抗がん剤治療等のための入退院の繰り返し、通院治療。 ・ 抗がん剤副作用。体重も10kg減った。 ・ 手足のしびれが辛かった。
（５）その他	・ 自分の病気をオープンに話す事が出来ない。 ・ 無意識のうちに精神的なバランスを崩し、家族に迷惑をかけた。 ・ 乳がんだったので男性(上司・部下)に言いづらい。通院のため休んだりするときに余り言いたくなかった。 副作用など体がしんどいとき、どこまで周りに言うべきか悩んだ。 ・ 治療のために休暇を取らなければいけないので、休みの申請に気を使う。休んでいる間の経済的不安。
８．通勤・仕事中の副作用や後遺症の問題	
（１）仕事に支障をきたした	・ 仕事が思ったよりできない。トイレに近い日があり、仕事に支障が出る。 ・ 月2回とはいえ、担当医から指示された日時があるとき、事前予定計画を立て、ときには周囲、団体からの行事を断り、代行も出来ないときもある。 ・ トイレに行く回数が増えたため。 ・ 右乳房切除のため、右手に以前のように力が入らず、介助の際は同僚に負うことが多々ある。体力的に無理と思い、夜勤勤務を外してもらった。 ・ 勤務日数減少。 ・ 体力的にも完全回復してからでないと仕事に戻れないと会社から話があった。 ・ 仕事の段取り等、相手が分からず困った。 ・ 手術後の体力の低下で、できる仕事ができなくなり、休日が多くなった。 ・ 通院で再々勤務時間を割くため、病気前の仕事ができない。 ・ 腕の動きが手術前より可動範囲が少なくなった。 ・ 診察日と重なったとき。

（２）本人が大変な思いをした	・ 勤務中に副作用がきついときがあった。会議等と治療日の調整に困ったときがあった。 ・ 午前治療、午後仕事というスケジュールで仕事に集中するのは副作用もあり大変だった。 ・ 作業時の握力の入り具合が若干違うので、考えて作業しています。 ・ 職場復帰を急いだため痛みをこらえることがあった。 ・ 精神状態の波があり、落ち込んでいるときや体が疲れやすくなっていて微熱が出ているときなどの仕事がしんどいときがある。 ・ 手術の後遺症で右腕が動かなくなり、長時間勤務が困難だった。 ・ 副作用と思われる症状があり、他の人には分かってもらえない部分もあり、うるさかった。 ・ 仕事中に、抗がん剤の副作用で高血圧になること。 ・ 薬の副作用が仕事中出たときはしんどいです。
９．再就職時の問題	
（１）雇用されない	・ 求職中であるが、なかなか就職が困難な状況にある。病気、治療に理解を得るのは難しい。
（２）その他	・ 私の場合再就職を考えなければいけないが、病気のことを伝えるのは不安。体調の心配もあるので言いたいが不利益になると思う。 ・ 長期にわたり経過観察の為、通院する必要があるので、休みをもらえるかどうか。又、そうなるとがんに罹患したことを言う必要がある。それでは再就職が難しいと思った。 ・ 副作用も強いため、なかなか難しいと感じます。 ・ 現状では就労、パートともに全く出来ない。高血圧、しびれ、ふらつき等の後遺症の受け入れ、緩和に精一杯の状態。
１０．その他	
（１）体力的な問題	・ 個人自営の為、体力的に無理であり、完治してから就労と考えた。 ・ フルタイムの仕事を5時間程度にしている。ものすごく疲れるが、しんどいとは言えない！ ・ 体力が弱っているので、今は健康第一で日々を送っていきたいと思っている。 ・ 体力、気力ともなくなった。痛みがあった。 ・ 体力がなくフルタイムの仕事が無理だった。 ・ 体力が少なくなった。 ・ 体力が非常に落ち果たして元の様に、あるいは少しでもやり残していることが出来るか不安だった。 ・ 年齢的なものもあり、体力不足を自覚している。
（２）周囲の人への対応	・ 通勤も仕事も1年ぐらいは普通にできていたが、運転ができなくなり、仕事中もよく転ぶようになり、字も書くことが困難になって周りの人に助けていただいた。通勤は家族の者が送り迎えでした。

（３）経済的な心配	・ 毎月の通院代。 ・ 月2回の通院経費に加え、投薬治療が現在化学療法のため高価。 ・ 金銭面。 ・ 会計であまりにお薬が高く、続けていけるのか心配しています。 ・ がんと告知を受けて、治療費など高額になり生活費にも困り、生活保護を受給するようになりました。 ・ がん患者が生活の中心者ゆえに、手術他の費用について困った。 ・ がん保険等に加入しておらず年金と少ない給与では、がん治療費を含む他の医療費等の支出がまかないにくい。 ・ 医療費用負担。 ・ 契約社員で給料が安いので自己負担が厳しい。 ・ 抗がん剤治療費が高額であること。 ・ 仕事を退職したが、経済面で困難となった。 ・ 子供の学費、治療費がかさむ。 ・ 治療費、入院費等金銭的な不安 ・ 治療費。 ・ 治療費が結構かかるので働いていたが、体調が悪い時、なかなか休むのが難しかった。周りにも気を使うし休めば収入が少なくなるので困った。 ・ 治療費が高くて入院から2年間は特にしんどかったです。 ・ 収入が０円になり、支払いに困った。 ・ 収入の問題。 ・ 定期的な検査代や薬代など今までにない出費が増えた。 ・ 年金だけで、医療費が大変。家族に心配をかける。 ・ 年金では到底足りません。それで、拾い仕事していますが、それでは足りません。 ・ 年金生活のため、治療代の不安。 ・ 病院への支払いと収入が止まっているので、少しの年金で保険金の支払いのことなどが一番に困難だった。 ・ 無収入だが、抗がん剤で活動日に制限があるのでどうしたらいいのか分からない。 ・ 無理をして働くと身体に悪いと思うが、経済的に働かないといけない。 ・ 薬、注射が高額だった。 ・ 経済的にしんどいから心もしんどい。もう治る見込みはなく、それでも生きている限りは病院代が発生する。頼るところもなく毎月しんどいです。 ・ 傷病手当受給が終われば家計が次第に苦しくなる。最初は絶望だけで1年経つと残った嫁の老後資金等の心配。 ・ 高額医療制度ですごく助かりましたが、それでもサラリーマンの収入では厳しいものがありました。
（４）その他	・ ホットフラッシュ ・ 医療制度の利用、対応で勉強させてもらいました。 ・ 抗がん剤服用中のため、体力面で孫の面倒が見れない。 ・ 高齢のため就労しない。 ・ 特にないが、時々気分が落ち込むことがあった。 ・ 医療費の補助があったが、成人でなくなり再発を繰り返し、医療費の負担が家族に負担をかけている。就労中は治療のため長期に休み、復帰は残業ができないため収入面でかなり減った。 ・ 更年期症状の苦痛。

（２）治療と就労の両立に向けた工夫

回答者は、治療と就労の両立に向けて実にさまざまな工夫をしていることが明らかになりました。その内容は、自身の心身の体調管理、働き方や通院の工夫、職場関係者とのコミュニケーション、負担をかけている同僚への配慮など、多岐にわたっています。

体調管理を最優先する方が多い中で、元気に仕事ができることを職場にアピールする方もいました。また、積極的に病状を職場関係者に説明して配慮を得た方もいれば、あえて病気を公表しないことを選ぶ方もいました。工夫の仕方は診断からの経過期間や個々の状況にもよりますが、回答者が実践したさまざまな工夫は参考になると思われます。

カテゴリー	記載内容
１．体調管理・体力保持に留意した	
（１）休暇・休養	・休日は休養にあてる。 ・早く寝ることや、休みは家でゆっくりすることなど、1年ぐらいは慎重に行動した。 ・体調を整えて疲れないように気をつけています。 ・できるだけ早く寝る。 ・退院後は時間的に少しゆっくりできるように時間工夫をした。
（２）食事内容・規則正しい生活	・食事に注意した。食べたくない時も食べる努力をした。 ・食事が取れるときはしっかり栄養も考えて食べる。 ・なるべく食事を取る。 ・胃に負担がかかりそうな食材を避けて食事をしている。分量も控え目にして回数で補っています。 ・体調が悪くなると食事に気をつける。 ・体調が良くなるにつれて心も落ち着いてきた。規則正しい生活をするよう心がけた。 ・体調管理。嫌いなものがないから、よく食べる。 ・栄養面や生活リズム等気をつけている。
（３）体力強化・健康増進を心がけた	・ジムに通う ・できるだけの野良仕事をして体力回復に努めた。 ・運動、体調管理。 ・運動したり、歩くこと。 ・体を動かすこと。体操を週2回やっています（3B体操）。 ・朝起きるときから体を柔らかくすることと、必要な部分の筋力、無理なく上げる。 ・毎日30分程歩いている。 ・免疫力が低下しない程度の散歩等により、体力保持に努めるようにした。
（４）健康面	・がんは太っているとなりやすいということなので体重を減らす。炭水化物を主食としない。 ・自営業のような仕事だったので、体調管理をして休むことのないようにした。 ・食事と運動に気を付けた。 ・食事内容の見直しをした。睡眠時間を多くした。 ・多少しんどくても体を動かすようにした。糖質をひかえ、野菜をたくさん取るようにした。 ・職場に迷惑をかけないよう体調管理に気をつけた。 ・早く寝て疲れをためこまない。 ・職場に迷惑をかけないように体調管理に気をつけた。
（５）その他	・身体を徐々に慣らし、体調管理を行った。

２．メンタルヘルスを保つ工夫をした	
（１）コミュニケーションをとる	・少しずつ病気の事について話すようにしている。 ・いろいろな人と話す。 ・あまり病気のことでくよくよせずに、外へ出て人と楽しく会話する。
（２）気持ちの持ち方を変えた	・ストレスをためないよう、考え方を変えようとした。 ・とにかく病気ということを意識しないようにした。 ・外に出て歩いたりなどして気晴らしをする。 ・病と闘うのではなく共生する気持ち。 ・心を強く持っていた。 ・ポジティブに考えた。 ・前向きに考え、暗くならないようにする。 ・病気に対して、くよくよ考えることなく前向きな考えでやっていく。 ・自分なりになるべく前向きに気持ちを持っていった。
（３）仕事について	・放射線治療の際は、毎日の通院で遅刻勤務となったため、出勤中は迷惑をかけている分頑張らなければという思いでした。 ・身体の続く限り仕事をしようと思ってます。人間関係もまずまずですので。 ・相手方に迷惑をかけないよう。 ・体調が良いときには、このまま体力をつければ再び仕事ができるのではと考えますが、日により時間により体調が悪くなることがあるため就職活動もできずにいます。無理のない範囲で働きたい気持ちはありますが、体力も随分と落ちています。 ・通院日以外に休まなくてもいいように、体調が悪くても無理して出勤した。就労差別されて、うつ病になったが、安定剤を飲みながら負けたくないという気持ちで働いている。
（４）楽しみを見つける	・全く違った分野の方との交流は楽しく、また新鮮で生きる力が更にわいてきました。 ・無理をしないように心掛けた。気持ちが落ち込むこともあり、楽しむ事を見つけていった。 ・ストレスをためないように運動したり、アロマをやってみた。
（５）その他	・患者会に参加しピアサポートを受けた。
３．職務内容を変更した	
（１）自分のペースでできる仕事に変えた	・自分の体、自分のできる範囲の仕事量。周りの人々に理解があった。 ・立ち仕事、勤務曜日日数を減らす。資格をとり、その資格をいかして時給のよい仕事への変更。
（２）その他	・管理職から平社員に格下げしてもらった。

４．働き方を工夫した	
（１）就労時間の工夫（時短・フレックス・勤務日減少など）	・休職中・治療中に半日出勤で体調を整えるようにした。 ・夜勤勤務の中止。 ・パートだったので、勤務時間を少し動かしてもらうことが・・・。 ・休日を多くした。 ・勤務日減少。 ・抗がん剤がどのように体調を悪くするのか分からなかったので、開始してから時間短縮と勤務日数を減少させた。 ・抗がん剤治療中は休職し、その後体調が戻るまでは時間短縮してもらった。 ・治療中のため、頑張れないときは休業。 ・自営なので、仕事は早く帰ってきたり休みを取ったりして体を休めました。 ・自営なので自分で作業の段取りを決めれるから、雇われよりは病気でも働きやすい。 ・自営業なので、朝早かった時間を昼からと夜も早く切り上げて働くようにした。 ・日数並び時間を短縮した。 ・副作用が仕事に対し影響が出たので、仕事の時間、休憩を何度か取り、時としては時間短縮していろいろ工夫した。 ・平日は午後からの勤務にしてもらいました。土曜と日曜の勤務をしました。 ・夜遅くなるのは辛いので、就労時間を工夫した。 ・しんどいときは無理せず休ませてもらう。 ・勤務時間を5時間に短縮させてもらっている。 ・1日8時間はつらいので、週2～3は1日3～4時間の仕事にしてもらった。 ・できる限り残業を減らした。 ・残業をやめた。
（２）職場・同僚の理解・協力を伴った工夫	・いろいろな面で、今までの仕事内容に無理があり、職場内容の変更、時短をしてもらった。職場の理解もあり恵まれていたと思う。 ・職場でも無理をせず、できないところは補ってもらった。 ・化学療法の翌日が体調が悪くなるため、休みが取れるよう相談した。 ・上司に報告・相談し、再発後は有休、病欠。復帰後は勤務時間、内容を調整しながら従来の勤務への配慮をして定年まで勤めることができた。 ・体調のいい時のみに仕事をするようにしたこと。副作用の強い日は休むことにした。時間は誰よりも早く終わらせてもらっていたこと。周りも気を使ってくれたこと。 ・車いすへの移乗等は、同僚に代わってもらう。 ・医療関係なので夜勤をやめて日勤業務のみにしました。通院スケジュールや体調管理には大変協力的な職場で助かりました。
（３）その他	・現在の職場には、働き方を変える制度も休む場所もない。それなら自らが工夫して働くしかないと思う。 ・自分の抱えている業務が多い時期だったため、無理をしがちだったので気にかけるようにはしていた。 ・先々の仕事の予定を把握するようにした。

５．通院スケジュールを工夫した	
（１）病院側の理解・配慮	・業務優先の場合は、主治医と相談し治療日を調整してます。 ・手術のための入院や検査日を、仕事が忙しい月の前半を避け月の下旬にしてもらった。 ・通院時間を予約させてもらい、診察時間を短くしてもらった。
（２）職場側の理解・協力	・診察日と仕事が重なったときに会社に相談した。 ・現在2週間に1度、抗がん剤の点滴治療で治療中の3日間は同僚とスケジュールを共有し計画して休んでます。 ・通院時に休みを取らなければならないが、理解のある職場である。 ・通院日等に休みをもらうなどのスケジュール調整をしてもらった。 ・病院へ行く時は有休を使いました（現在も）。会社が通院することに理解してくれているので助かります。 ・病気のことを話し、月に1回の通院も快く行かせてもらっています。 ・放射線治療10分間16回の治療でしたので、通院治療に疲れたけど、会社の理解により助かりました。 ・有休を使ったり、通院の回数が増えてきたとき、上司に相談して空時間を利用させてもらった。 ・現在も月に一度通院しており、快く休みを取らせてもらっている。
（３）通院日の工夫	・通院は会社の休日に行くようにした。 ・仕事に支障の少ない日を通院日にしてもらった。 ・土曜日の通院。 ・自分の休みに合わせて通院できるようにした。 ・治療、定期的入院を仕事に合わせ治療している。 ・1日に2つ病院に行くように診察時間を調整した。 ・今もたまに休みの日をあてている。 ・できるだけ通院日を調整した。 ・上司や同僚に、病院へ行く日や治療のことなど、なるべく話をするようにした。早目に有給休暇届けを出すとか、月末の忙しいときは病院に行かないようにした。 ・仕事の休みを調整し通院した。 ・通院の予約を仕事の休みの日にしてもらっている。 ・通院日に公休を利用した。 ・なるべく仕事が休みのときに予約を取るようにした。

６．職場関係者への状況説明、コミュニケーションの工夫	
（１）病気・治療・副作用・通院頻度・ほしい配慮などを説明した	・職場の管理者や仲間に病状説明や治療の内容を詳細に伝え、身体を使う労働などからははずしてもらった。又、退院後間もない間は、3カ月程、時短勤務にさせてもらった。医師や看護師にも協力してもらって、仕事に影響ができるだけないようにしてもらっている。 ・長期休暇を取ったので、病院の説明をし理解してもらった。仕事に復帰してからも体調のことを考えて協力してもらった。 ・病状や治療法等については隠さずに全てカミングアウトした。 ・病名をカミングアウトして、出来ないことを手伝ってもらったりした。 ・副作用がひどい時などは同じ部署の仲間には大まかに説明した。
（２）職場に理解者をつくった	・私が免許を持っていなかったので、同じ職場の友に2、3カ月位通うのを助けていただいた。 ・仕事場のスタッフによく説明し、理解してもらった。 ・元々の職場の上司が復帰を願ってくれ、従業員全員に病名を話し、以前の職場で仕事。 ・職場関係者には上層の上司だけに話をして理解してもらっていた。 ・がんが発見されたときから、職場の方（上司、人事課、同僚など）に報告していました。
（３）同僚とのコミュニケーションを大切にした	・病気について説明し、仕事を休んでいる間に家でできる業務を行った。 ・自分の体調報告をして、出来る事は全て電話連絡にて調整をしている。
（４）その他	・がん治療をしながら経営者兼運転手としても働いている。運転手に心配をかけないよう、又我が社を支えてくれるお客に明るく感謝と誠実な振る舞いで接している。病気になったことにより地域の民衆に運転手として感謝の心ができた。 ・職場に同様の病気を患った同僚がおり、継続して就労していたことは心の支えになった。又、仕事を継続できたことは、経済的な問題と共にメンタル面でも良い作用になったと思えた。 ・半日勤務により職場関係者とのコミュニケーションで、自らの精神面の前向きに（気分転換等）。また、リハビリにもつながることでプラスになった。過信、誤算のないよう体調に注意し、元の体調、生活に戻れるよう努め、昨日より1日勤務の試行実施も始めてみた。

（３）働くことに関連して知りたいこと

知りたいこととしては、採用時や継続就労時に病名を公表することが得策なのかどうか、公表しない場合にはどのような不利益が生じる可能性があるか、という質問が多く寄せられました。さらに、仕事に関する相談先や情報収集方法、さまざまな支援制度の情報も求められていました。

他の人の工夫を知りたいという声もありました。それについては自由記載（２）「治療と就労の両立に向けて実践した工夫」がヒントになるでしょう。

カテゴリー	記載内容
１．がん患者が働きやすくするための制度創設等	
（１）国・自治体への要望	・“がんになっても使える制度で経済的に余裕をもって暮らせる”という情報があれば患者会の広報などを通して知りたい。 ・がん患者が安心して働ける社会制度を法的に決定する。 ・精神科の医師もいるような大病院では、精神科の医師が産業医をやるべきだと思う。他科の医師も研修は受けているのでしょうけど、相談に行っても全く力になってくれないので失望した。産業医がパワハラ委員会と兼務しているのもどうかと思う。そのような体制を職場ごとではなく、県として指導してほしいです。皆の理解と協力が私達がん患者を生きやすくしてくれます。 ・働きたいものの体力、体調、副作用等の問題でとても出来る状態ではないが、身障者の認定及び内容には全く理解できない。障害認定の早期化、内容の充実を望みます。 ・働くこと就労に関して、主治医やカウンセラー等のアドバイスが気楽に受けられるシステムがあれば（できれば個人レベルで）。 ・相談機関は色々あるが就労している者が相談に行ける時間が合わないところがほとんど（土、日が休みの場合）。
（２）労働制度への要望	・仕事との両立支援のガイドラインなど、耳にする事が多くなったのですが、企業側にとってのメリットがないと現実的には労働者は弱いと思う。 ・就労支援がなければ、働き続けることは困難と感じる（特に正社員以外の場合）。

２．がん患者が働くことは	
（１）メンタル面	・がんの告知を受けたことで、すぐ退職しないことが大切だと思う。医療者がその時点で一言アドバイスすることで退職を思い直すのでは？ ・心が病んでは働くことはできない病気。いくら大きい病院でも主治医の先生とコミュニケーションを取り、まず心に打ち勝つ。心の病に勝つことです。 ・体力的には疲れるが、私は一人なので働いているほうが気が紛れる。家に一日中にいると鬱になりそうだから！ ・働いていると、病気に対する不安を少しでも忘れられるので就労を続けていきたいと思います。 ・疲れがどれだけ出てくるか？再発するかどうか？不安。 ・現在、退職後ハローワークには病気延長届けをしていますが、再発が分かった今、3年という期間のうちにまた仕事探しに心が向けれるのか？自分の体調では、もう仕事ができないのではないか？という現状です。 ・仕事はしたいと思います。1人でじっといるよりみんなでわーわーやると気も晴れますが、体力的に今はついていけない状況です。就労は仕事の内容によると思います。左官建築業のように体力のいる仕事はがんを抱えている者には辛いです。それが本音です。
（２）要望	・まだまだ理解して受け入れてもらえる企業がなく、そういった企業の紹介もない。就職し、働く気はあっても再就職が難しい。就労先を世話してもらえる窓口がほしい。 ・経済的なこともあるが、治療しながらでも仕事をしたい人はたくさんいる。病気のことを理解し雇用してくれる事業所は非常に少ないと思う。相談機関と雇用してくれる事業所の拡大を早期で希望する。 ・早く仕事に戻りたい。 ・がんになっても働かなければ生活できない。治療しながら安心して働けるような支援をしてほしい。
（３）再就職	・病気でも、その時の体調で短期・在宅で仕事ができればしてみたいと思います。 ・元の体力がなく何でもできることはなく。仕事が限られる。

３．職場環境について	
（１）職場環境の大切さ	・がんにかかっても、就労は可能だと思うが、職種と経営者によって考えが異なるので意見としては様々ではないでしょうか。 ・以前のようにフルタイムでは働けません。体と相談しながらの生活です。家族以外の人に病名を言うことは相当覚悟がいりますが、知ってもらって自分の思いを伝え、分かってもらい通院。体調によって休憩を含め、受け入れてくれながら治療させてもらえる職場とかがあれば気持ちも少しでも前向きに生きていけるような気がします。 ・職場と病院の理解と連携、本人の工夫が不可欠だと思います。更には働けることが病気の改善、回復につながっていると感じます。 ・この病気は終わりがいつとは言えないため、長時間労働も厳しく体調変化で急遽休みにするときもあります。病気のことを知られたくない人もいると思うので、もう少し負担がかからないような働き方を堂々とできるようになればいいと思います。 ・以前は治療中、治療後は事務職は仕事を続けられるが、現場はハードでなかなか続けることができませんでした。事業所や仲間の少しの配慮があれば、仕事を続けられることを知りました。働くことは生きがいとなり精神的に助けられました。本人が申請すれば希望の勤務体制が可能になるように制度を整えて欲しいです。 ・勤務している会社には産業医はいませんが、会社社長の思いやりのある理解のある会社に、病気をしても助けられました。 ・現在58歳で、あと2年で退職となります。治療費を捻出するため年金支給の65歳まで再就職または再雇用にて労働したいと考えていますが、こういった身体と治療で就労できるものか不安です。 ・現在のがん治療は、通院でもできるようになりました。副作用に関しての薬もどんどん開発され、社会復帰をしやすくなっています。会社側にもこういったことを知っていただき、がん患者の受入れ態勢を整えてほしいです。病気をしても社会とつながり、誰かの役に立てているということで、治療にも前向きに取り組めるのではないかと思います。 ・再発時は定年前であり、勤務先で傷病手当の手続きや、定年後は協会けんぽの職員さんに助けられながらできたことは、今後の病気への対処にも良い方向に影響がでたように思う。 ・職場で病名を告げたことで、重要な仕事は任せてもらえないなどの不利益を受けました。なので、再発してからは、仕事の継続に悩みました。 ・休職期間の問題で仕事復帰後、1年半後にやっと有給休暇が付与されるようになった。職場復帰をするにあたって通院しにくい環境は何とかならないものかと思う。

４．その他	
	・ メンタル的に辛くなっても心療内科等も、自身の主治医に聞いてくれと言われる。 ・ がん治療の現状を社会全体に理解してもらいたい。がん治療といっても百人百様である。 ・ がん相談センター（1度も行っていないが）で対応していただけるのか。 ・ ストレスをためない。のびのびとやることだと自分で決めています。 ・ 医療費が高いので年金だけでは生活ができないので、しんどいが仕事を辞めるわけにはいかない。1カ月24,000円から34,600円くらい掛かるので、もっと安くならないか。仕事を辞めた後が心配です。 ・ 今まで通り体が働かない（手術、薬の副作用）。 ・ 自分の体調を考えながら無理しないことが一番だと思う。 ・ 生き生きできること。 ・ 精神面の統一を最初に、食事面も土ものを多く自分で手料理する。勇気と和、慈愛と知恵が良く働ける第一条件だ。 ・ 働くことに対する意思はいつも持っているけど、年齢的に社会状況が厳しい。（病的には不可能なので健康体での希望です。）