



# 脳腫瘍：就労支援ガイドブック



日本脳腫瘍学会 支持療法委員会  
The Japan Society for Neuro-Oncology



## 目次

<b>パート1 脳腫瘍と診断されたとき～休職中</b> .....	<b>2</b>
1) 職場に確認したいこと .....	2
2) 主治医に確認したいこと.....	3
3) 職場へ伝えること .....	4
4) 休職中の過ごし方.....	4
5) リハビリテーション .....	4
6) 家族としてできること .....	5
7) 相談先.....	6
8) 個人事業主が脳腫瘍と診断された時 .....	7
<b>パート2 治療中(休職中)～職場復帰を考える頃</b> .....	<b>8</b>
1) 準備1:自分の体調を知る .....	8
2) 準備2:職場と相談する・確認する.....	9
3) 準備3:新しい働き方を検討する.....	11
4) 準備4:職場復帰に向けたリハビリテーション .....	11
5) 相談先について.....	12
6) 障害が残っている場合 .....	12
<b>パート3 職場への復帰・その後</b> .....	<b>14</b>
1) 職場で利用できる勤務制度の確認.....	14
2) 外来化学療法を続けながらの職場復帰の工夫.....	14
3) 周囲の人に「どこまで・何を・なぜ伝えるか」 .....	15
4) 心と身体のメンテナンス.....	15
5) てんかん発作への対応 .....	17
6) 退職という選択肢 .....	17
<b>パート4 新たな職場への就職</b> .....	<b>19</b>
1) 新しい働き方を考えてみましょう.....	19
2) 新たな就職先の探し方 .....	21
3) 病名の開示・非開示、キャリアブランク(離職期間)について考えてみましょう .....	21
<b>パート5 症状が進行したとき</b> .....	<b>23</b>
1) 仕事を休む場合、新たな治療が必要となった場合 .....	23
2) つらい症状について .....	23
3) もしも病気が再発したら .....	23

## パート1 脳腫瘍と診断されたとき～休職中 「慌てて退職しない」

脳腫瘍と診断され、手術や治療を開始するにあたり、「会社にどう伝えよう」「仕事を続けられるかな」「自営業の仕事はどうしようか」と悩む方は多いと思います。多くの心配事を抱えている時期かもしれませんが、すこし落ち着いて、これまでの仕事をどうするかを考えてみましょう。

治療中にどのように働きたいと考えるかは人それぞれです。仕事を休んで治療に専念したい人、仕事があるからこそ病気や治療に立ち向かえと考える人、経済的な不安から仕事を続ける必要があると感じる人、家族との時間や趣味の時間を大切にしたい人もいます。今あなた自身が大切にしたいことは何でしょうか。じっくりと大切にしたいことの優先順位を考えてみましょう。

また、精神的に落ち込んだり、動揺したりすることが多い時期です。気持ちの動揺が大きい時に重要な決断をすることを避け、治療や職場に関する情報を集めて整理してみましょう。その上で、ご自身が大切にしたいことと仕事の両立が難しいとなった場合には、一旦仕事から離れることも選択肢の1つになるかもしれません。体調や気持ちの変化に応じて、元の職場への復帰や新しい職場での就労が可能となる場合もあります。

不安に感じることや分からないことがあるときは、医師や看護師などの医療者や、職場の上司や仲間、家族などあなたの周りにいる人たちに相談してみてください。また、がん診療連携拠点病院などに設置されている「がん相談支援センター」(※)では、ソーシャルワーカーや看護師や心理士などのがん専門相談員に相談することもできます。仕事に関してだけでなく幅広い相談ができますので、ぜひ活用してみてください。

※がん診療連携拠点病院 がん相談支援センター

<https://ganjoho.jp/public/institution/consultation/cisc/cisc.html>



### 1) 職場に確認したいこと

脳腫瘍と診断され、検査や治療を始める時期には、仕事を休まなければならないことが多くなります。また、手術や入院が必要な場合には、一定期間の休暇が必要となります。職場には以下のようなことを確認しておきましょう。

#### 診断書について

休みをとるにあたって診断書の提出を求められることもあります。所定の書式があるのか、どのような内容が必要なのか確認し、主治医や病院の窓口にお問い合わせください。

#### 就業規則の確認

診断直後は有給休暇を取得する方が多いと思います。ご自身の有給休暇が何日あるのか確認してみましょう。また、入院や手術などでまとまった期間の休みが必要となる場合には、休職することも考えるかもしれません。休職が認められている期間や条件、その期間中の給与や各種手当などの待遇、社会保険の取り扱いなどを確認しておくことが大切です。

#### 制度の確認

会社や加入している健康保険組合によっては、治療費の補助や傷病手当金を上乗せする制度を設けていることがあります。また、がんを経験した社員同士が話せるピアサポートを取り入れている職場もあります。ご自



身が利用できる制度があるか確認しても良いでしょう。

### 職場との連絡

有給休暇や休職制度を利用して仕事を休んでいる間、職場との連絡はどうしたら良いのかも多くの方が悩むことです。上司や同僚とのコミュニケーションを維持することが、仕事に復帰するときに役立つことがあります。また、復帰の時期の目安を検討するためにも、職場に定期的な連絡を入れることを求められる場合もあるかもしれません。職場の誰と（直属の上司または人事部など）、どのような頻度で（毎週または毎月）、どういった手段で（電話、メールまたは面談）連絡することが必要か、確認しておきましょう。

ただ、治療中には無理をしないことが肝心です。職場とのやり取りを負担に感じる場合には、体調に配慮してほしいということを伝えてみましょう。

## 2) 主治医に確認したいこと

職場との話をする中で主治医からの意見を求められることがあります。職場との話し合いの前に、患者さんご自身として仕事に関して確認しておきたい場合もあるでしょう。下記を参考にして、主治医に確認したい要点をまとめておくとスムーズなコミュニケーションをとることができます。上手く聞けなかった場合には、看護師やソーシャルワーカーへの相談で解決できることもあります。

### 治療の予定

今後予定されている治療の見込みを把握しておきましょう。手術であれば入院期間がどれくらいになるのか確認が必要です。脳腫瘍に対する放射線治療では、平日5日間（月曜日～金曜日）の治療を6週間続けることが多いです。病院の方針や患者さんの病状によって、通院または入院で行われます。通院で行う場合には治療にかかる時間も確認してみましょう。体調が良ければ、治療を受けてから仕事にいくことができるかもしれません。化学療法にも、入院が必要な薬や、外来で点滴を受ける薬、自宅で内服する薬など色々な種類があります。ご自身の受ける治療がどのような行われるのか知っておくことで、仕事の継続や職場への復帰を考える目安になります。

### 病気や治療による影響

治療によってどのような副作用が、どれくらいの期間あるのか聞いてみましょう。治療開始直後は比較的影響が少なく、仕事ができるように感じるかもしれませんが、治療が進むにつれて倦怠感などの副作用が現れてくることもあります。

### 仕事をするとときに気をつけること

仕事を続ける場合（または休職から復帰する場合）、どのようなことに気をつけたいのか聞いておきましょう。脳腫瘍の症状による影響、てんかん発作の可能性、治療の副作用による影響などを考えておく必要があります。ご自身の仕事内容を伝えながら医師に質問すると、アドバイスをもらいやすいかもしれません。車の運転を必要とする仕事をしている方は、運転の可否についても確認してみましょう。

### 今後の見通し

治療を受けることによってすぐに元気になるのか、しばらくしてから効果が現れるのか、治療前の状態に戻ることは難しいと思われるのか、今後の体調の見通しを聞いてみましょう。治療は受けまいと、どの程度の効果

があるのか分からないことも多いです。しかし、主治医の先生の経験からどの程度の回復が見込まれるのか確認することで、職場復帰への目処を考える目安になります。また、再発の可能性がどれくらいあるのか知っておくことも大切です。

### 3) 職場へ伝えること

職場に病気のことをどう伝えたらいいのか、伝えたら解雇されてしまうのではないかと、多くの患者さんが悩むことです。ただ、職場の方も何を聞いていいのかわかりません。また、仲間である皆さんのことを心配しています。伝えたいこと・伝えたくないことを整理してコミュニケーションをとってみましょう。

#### 病気のこと

具体的な病名を伝えることで、職場で差別されたり、腫れ物に触るような扱いをされたりすることに不安を感じるかもしれません。ただ、病名を伝えることで、ご自身の状況をより良く理解してもらい、働きやすい環境を整えてもらえるというメリットもあるかもしれません。脳腫瘍は完治が難しいことも少なくなく、治療を経ても、長い期間付き合っていかなければならない病気です。1人で抱え込まず、職場にも病気を正しく理解してもらうことが、復職への一歩につながるかもしれません。具体的に何をいつどのように伝えたらいいのか迷う場合には、主治医やがん相談支援センターなどに相談してみましょう。

#### 休職期間や復帰時期の見通し

主治医からの意見やご自身の考えをもとに、いつごろ職場に復帰できるか目安を伝えておきましょう。人員の配置を考えると意味だけではなく、職場の方々も皆さんが復職されることを待っています。治療の経過や体調によっては、予定通りに復職できない可能性があることも伝えておく方が良いです。

### 4) 休職中の過ごし方

仕事を一旦休むという選択をされた方でも、休職中には皆さん不安を抱えているものです。「いつになったら仕事に戻れるのだろうか」「症状はよくなるのだろうか」「職場ではどう思われているのだろうか」など、たくさんの心配ごとを感じるかもしれません。「休む」ということは悪いことではありません。罪悪感を感じる必要も、誰かに申し訳ないと感じる必要もありません。焦る気持ちもあるかもしれませんが、ゆっくりと体調を整えていきましょう。

休職中には生活習慣が崩れがちです。可能であれば、就業中と同じようなリズムで生活してみましょう。主治医や医療者に確認しながら、リハビリテーションを受けたり、適度に身体を動かしたりすることで体力も維持しておくことも大切です。

### 5) リハビリテーション

脳腫瘍の治療において、リハビリテーションは重要な役割を持ちます。リハビリテーションはできるだけ病気をする前の生活に戻る、近づけるために行われます。復職するためにはまず身の回りのことが自分でできる、すなわち生活が自立していることが必要です。手術後はできるだけ早期から体力面での回復に努めるとともに、症状に応じたリハビリテーションを開始することが大切です。

## 症状と評価

特に生活や仕事に直結する手足の麻痺や言葉の問題、集中できず見落としが多い（注意障害）、忘れっぽく必要なことを覚えていられない（記憶障害）、計画立てて行動できない（遂行機能障害）、道具などを上手く使用できない（失行）などのいわゆる高次脳機能障害に対しては、症状の程度とともに、何ほどのくらいできて、何ほどのくらい難しいのかを客観的に評価し、どのくらいまで改善が見込めるかを見通すことが必要です。いろいろな評価の結果を踏まえ、リハビリテーションの目標を設定します。

## 機能の改善へ向けて

脳腫瘍の初期治療と併せて、リハビリテーションでは機能の回復を促します。麻痺が生じている場合は運動の再学習を行うとともに、高次脳機能障害も踏まえ、日常生活におけるさまざまな動作の自立を検討します。ベッドから起き上がることや歩くことなどの基本的な動作は理学療法士が、手や指の麻痺、着替えやトイレでの動作など身の回りのことを含めた生活能力などについては作業療法士が、言葉の問題に関しては言語聴覚士が中心となり、皆さんのリハビリテーションをサポートします。

初期治療を終えてもリハビリテーションを継続する必要がある場合は、リハビリテーション専門病棟などで入院生活を継続しながら、あるいは自宅から通院、あるいは自宅に訪問してもらう等でリハビリテーションを継続します。

## 6) 家族としてできること

仕事をしている方が脳腫瘍と診断されたとき、ご家族は多くの不安を抱えることと思います。病気や治療に関してだけでなく、病気が患者さんの仕事へ及ぼす影響にどう対処すべきか悩まれることでしょう。まず、患者さん本人が何を大切だと感じているのか確認してみましょう。仕事が生き甲斐だという考え方もありますし、家族との時間が最優先という考え方もあります。家族としての気持ちも患者さん本人に伝え、お互いの理解を深めることが今後の生活でも大切になってきます。

## 職場とのやり取り

急に脳腫瘍と診断されて手術になったり入院となった場合、ご家族が患者さんの職場とやり取りすることが必要になることがあります。また、患者さんの体調がすぐれない場合にも、ご家族が窓口になることもあります。職場の上司や同僚と面識がないと、戸惑いを感じる方も多いでしょう。ただ、今後の復職までの道のりを考えると、職場との十分なコミュニケーションが必要になります。ご家族からの連絡になる場合、コンタクト先は誰になるのか、どのように連絡を取っていくと良いのか職場の方に確認してみましょう。

## 利用できる可能性のある制度や支援（以下、社会資源）

患者さんが休職をする際には、経済的な不安を感じるご家族もいらっしゃいます。利用できる可能性のある制度や支援に関しては、日本脳腫瘍学会ホームページの社会保障制度に関するリーフレットを参考にしてみてください。また、がん相談支援センターでも社会資源に関する相談ができます。

日本脳腫瘍学会「脳腫瘍支持療法情報」

<https://www.jsn-o.com/careinfo/index.html> (2023.5.7検索)



がん情報サービス「がんとお金 医療費の負担を軽くする公的制度」

[https://ganjoho.jp/public/institution/backup/public\\_insurance.html](https://ganjoho.jp/public/institution/backup/public_insurance.html) (2023.5.7検索)



## ご家族自身の仕事

脳腫瘍と診断された患者さんの検査や治療への付き添いをするために、ご家族が自身の仕事を休む必要が出てくることもあります。最近では積立休暇制度など家族の介護で利用できる社内制度をもつ会社もありますので、まずは社内で活用できる制度を確認してみましょう。また、正社員だけでなく、パートタイム勤務や契約社員なども対象になることがあるため、無理をせず、介護休暇や介護休業といった制度を利用することを検討してみてください。

### コラム：会社（職場）の方へ

一緒に働く仲間が脳腫瘍と診断されたとの連絡に、職場の方々も驚かれたことと思います。大きな困難に向き合っている患者さんやご家族とよく話し合い、職場では何ができるのか、ぜひ一緒に考えてください。

脳腫瘍にも多くの種類がありますが、患者さんの体調次第では、仕事を続けることも可能な病気です。通院での治療を受けながら仕事に行く方もいますし、一旦休職し落ち着いてから復職する方もいらっしゃいます。患者さんが就業の継続を希望する場合には、安全に配慮しながら、治療と仕事を両立していけるような環境の整備をお願いします。

必要な場合には、医療者との情報共有を行うことをお勧めします。勤務情報を主治医に提供したり、治療の状況や就業継続の可否等について主治医の意見を求めたりすることが可能です。産業医や地域産業保健センターなどからの意見を参考にすることも有用です。厚生労働省の「事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン」(※1)や東京都の「がんになった従業員の治療と仕事の両立支援サポートブック」(※2)も、ぜひ参考にしてみてください。

※1：<https://www.mhlw.go.jp/content/11200000/001088186.pdf>

※2：[https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/ryouritsushien\\_handbook/index.html?pNo=1](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/ryouritsushien_handbook/index.html?pNo=1)

## 7) 相談先

脳腫瘍と診断され、手術や治療を開始するにあたり、仕事をどうしたらいいのか悩んだときには、主治医や看護師などの医療者に相談したり、がん相談支援センターを利用したりしてみてください。厚生労働省の「仕事とがん治療の両立お役立ちノート」も、ぜひ参考にしてみてください。

(<https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/0000204876.pdf>)

## 8) 個人事業主が脳腫瘍と診断された時

脳腫瘍と診断されたとき、頭に真っ先に浮かんだことはどんなことでしょうか。ショックで何も考えられない人もいれば、「経営（資金繰り）はどうでしょうか」「来週までの締め切り業務は大丈夫だろうか」「まだ子どもが小さいのにこの先どうすればいいのか」など、様々な不安や心配があるかもしれません。個人事業主が脳腫瘍と診断された場合、治療や仕事や生活にどう折り合いをつけるとよいか、まずは情報整理からスタートしましょう。

個人事業主の場合は1人で仕事の大部分を担っていることも多いため、仕事のフォローをしてくれる人を探し、請け負った仕事を代わりにやってもらえる人を探すなど、仕事の段取りも整理する必要があります。職種も働き方も多種多様な個人事業主だからこそ、今後の治療スケジュールを自分自身で把握しておくことが重要です。

働けない分が収入減に直結することが多く、会社員以上に、生活費や治療費などお金の心配は大きいのではないのでしょうか。お金の不安は治療のモチベーションにも影響します。

### <ポイント>

- ・事業経費と生活費を仕分けする（お金の見える化）
- ・収入を維持する方法を考える（公的制度、小規模企業共済制貸付制度等）
- ・支出を把握し見直す（固定費、変動費の見直し）  
⇒固定費の見直しにはファイナンシャルプランナーなどに相談する方法もあります。
- ・公的制度の活用（国民年金、国民健康保険の保険料の減免制度などを相談）

治療と仕事を両立させていくためには、一人で抱え込まず、自分から外部へ委託することも大切です。他の人の力をかりることで、クライアントからの信頼を守ることに繋がると思います。家族や従業員、仕事仲間、同業者などに依頼できる場合には、どの仕事を誰に頼むかなど、仕事の内容を仕分けしてみましょう。すぐに対応しなければならないこと、治療の見通しがたってから対応できることなど、時間と必要度を考えて仕事の優先順位をつけていくことをお勧めします。

事業再開を強く望み、治療の見通しがたち、休業期間も1年以内であろうと予測できれば「休業」を選択するのもひとつです。休業していても事業所得の申告は必要となります。長期間休業が予想される場合は、一度「廃業届」を出し、事業が再開できる時点で「開業届」を提出する方が良いでしょう。弁護士や税理士などの専門家への相談が必要となります。専門家がない場合は、所属している団体や商工会議所、取引先銀行などに専門家を紹介してもらおうと良いでしょう。

### 【参考資料】

厚生労働省（2023）「治療と仕事の両立支援ハンドブック」

[https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/230313\\_chiryuu\\_handbook\\_web\\_A.pdf](https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/230313_chiryuu_handbook_web_A.pdf)

西田俊朗・坪井正博・坂本はと恵・堀之内秀仁（2017）『仕事とがん治療の両立お役立ちノート』平成29年度厚生労働科学研究費補助金がん対策推進総合研究事業（がん政策研究事業）「働くがん患者の就労継続および職場復帰に資する研究」

桜井なおみ・藤田久子監修（2020）「ワーキングサバイバーズハンドブック④個人事業主編」中外製薬



## パート2 治療中（休職中）～職場復帰を考える頃 「職場復帰を考える」

仕事復帰を考えるタイミングは人それぞれです。治療が一段落した時に考える人、治療を続けながら日常生活に慣れてきた時に考える人、治療開始早期に考える人、経済面を考慮して早々に働き始めたい人等、身体状況、生活状況などを考慮しながら、仕事にいつ、どのように復帰するのか考えると思います。仕事復帰に向けて、準備が必要なこと、考えるヒントをご提示していきます。

### 1) 準備1：自分の体調を知る

#### ① 生活に影響する症状は何かありますか？

脳腫瘍の治療を受けた人に見られる症状として、疲れやすさ、麻痺、しびれ、頭痛、複視、ふらつき、集中力の低下、てんかん等があります。日常生活に影響している症状について、復職準備の前に病院スタッフと相談することをお勧めします。治療に伴い起きた変化、以前と違うなと感じることを言葉にすることは、時には勇気が必要かもしれません。家族・友人等の大切にしている人に、症状などを話したくない人もいるかもしれません。ですが、本人が自覚していない症状が出ている場合もあります。家族や友人に話し、対策をたてられる症状をコントロールすることは、仕事復帰の後押しになることもあります。また自身の症状を知ること、職場に配慮してもらいたい事項を考えるヒントにも繋がります。

#### ② 今後の受診や治療スケジュール、体調の見通しをどのように聞いていますか？

治療や検査等でどのぐらいの頻度で受診が必要かご存じでしょうか。主治医に、治療スケジュールや受診頻度、治療上やってはいけないこと、あるいは職場と共有し、配慮が必要と考えること（運転業務の中止など）、勤務を開始してもいい時期などを確認しておくことは大切です。検査や治療スケジュール等を知ること、仕事復帰をする時期を考えていくことができます。また、仕事復帰後の出勤日数や休暇取得の調整等を職場と相談するにも必要な情報です。合わせて体調が変化する可能性等、見通しに関する情報を主治医に聞くことも、働き方を考えるヒントとなるでしょう。

#### ③ 自分が仕事をする上で大切にしたいことはどんなことでしょうか？

治療する前から大切にしてきた働き方はどんなことでしょうか。治療を頑張ってきたことで、その働き方や大切にしたいことは変化しましたか。仕事に復帰し、生活が忙しくなる中で、守りたいこと、大切にしたいことを忘れてしまうことがあるかもしれません。仕事復帰前に書き留めておくことで、自分の軸を確認することができます。

## 2) 準備2: 職場と相談する・確認する

### ① 職場に伝えられる範囲はどんなことでしょうか？

会社と相談の上、必要に応じて、現状や今後の見通しを報告していくと良いでしょう。仕事復帰を考える時期には、いつから復帰が可能か、復職に向けた段取りの確認、病名や体調などを職場スタッフのどの範囲まで伝えるか等、職場と連絡を取り合うと良いでしょう。

また、通勤ラッシュは避けたい、エレベーターを使いたい、長時間の立ち仕事が難しい、フルタイム勤務は自信がないので週3日ぐらいで仕事をしたい、入社頻度を少なくして在宅勤務を取り入れたい、等…職場に配慮してほしいことを考えてみましょう。脳腫瘍による症状、手術の後遺症、放射線治療や化学療法で予測される副作用などを前もって職場に伝えておくことで、働く環境を整えてもらえる場合があります。

<例>

- ・麻痺がある場合：座ってできる仕事をする、テレワークを導入する
- ・忘れっぽい場合：口頭だけではなく、メモやメールで仕事の指示をしてもらう
- ・集中できない場合：仕事の時間を区切る、静かな部屋を用意してもらう
- ・失行（麻痺はないが動作が行えない）の場合：手順を整理してもらう
- ・身体や脳が疲れやすい場合：休憩時間をとる、短時間勤務にする、など

雇用主には、従業員に対する安全配慮義務があります。従業員が配慮を必要とする状況にあれば、人事担当者や上司は、従業員の気持ちや状況を確認し、必要と認められた場合は就業上の配慮（配置転換や勤務時間短縮など）を行う責任があります。こうした安全配慮義務の観点から、主治医の診断書を求めることなどもあります。どこまでを職場に伝えるか迷う方もいるかもしれませんが、これらのことを考慮し、職場の関係者とのコミュニケーションをとることも大切です。

### ② 職場に確認が必要なことはどんなことでしょうか？

休職期間や休職中の給与の条件を確認することは大切です。職場の就業規則に明示されています。また、短時間勤務制度や時差出勤制度、在宅勤務、試し出勤制度等があるか、有給休暇がどのぐらい残っているのか等を職場に確認することで、働き方を考えるヒントに繋がります。また、職場復帰に必要な手順や書類についても確認をすることをお勧めします。

### ③ 診断書が必要となったら誰に相談するといいいでしょうか？

診断書が必要となったら主治医に相談しましょう。診断書内に記載する内容については、診断書提出の目的に合わせて、主治医に依頼することをお勧めします。

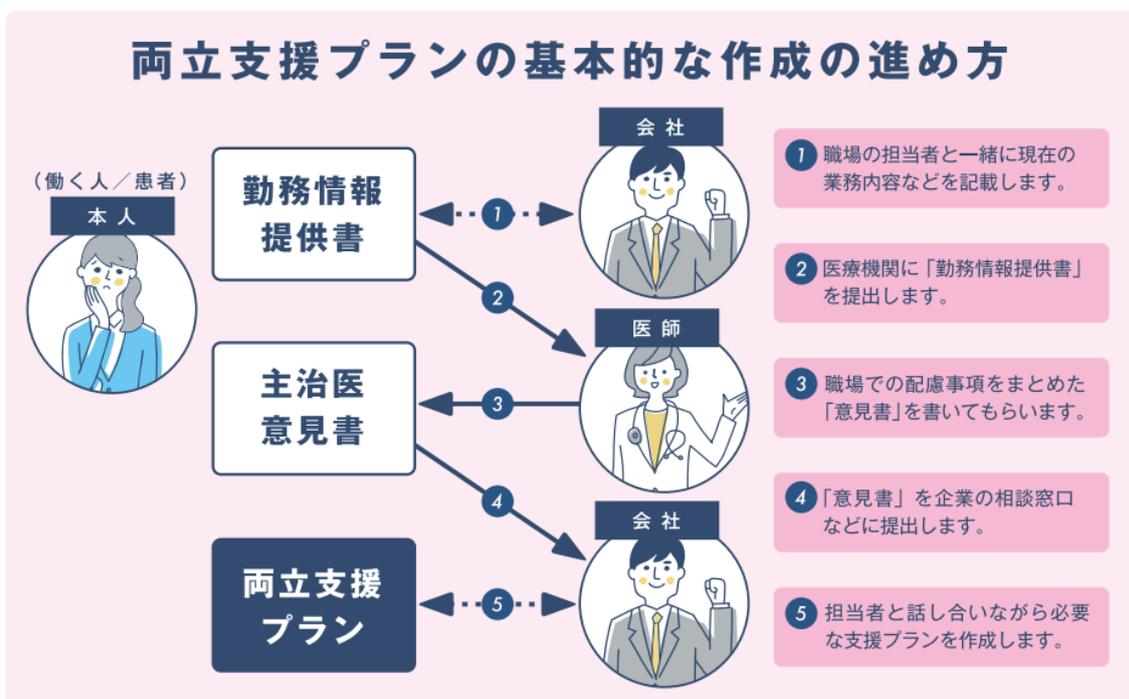
【診断書に記載する内容のポイント】

ポイント1	入院期間
休暇取得が目的の場合	入院前後に通院する頻度
	外来治療の場合は、通院頻度や治療期間
	外来化学療法実施中に副作用が強くなる可能性がある期間
	その他治療により生じる身体面の変化（どの程度か）
ポイント2	いつから可能か
復職を目的としている場合	治療上やってはいけないこと、あるいは職場と共有し、配慮が必要と考えること（運転業務の中止など）

出典：西田・坪井・坂本・堀之内『仕事とがん治療の両立お役立ちノート』平成 29 年度厚生労働科学研究費補助金がん対策推進総合研究事業（がん政策研究事業）「働くがん患者の就労継続および職場復帰に資する研究」,18 を一部改変

④ 職場と主治医が連携する方法はありますか？

厚生労働省より「事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン」が公表されています（令和 4 年 3 月改訂版／下記 QR コード参照）。ガイドラインでは、治療が必要な疾病を抱える労働者が、仕事を続けながらも治療ができるように、職場、主治医との情報共有を行うことを推奨しています。本人が職場に診断や治療について報告することからスタートします。具体的な手順は下記の通りです。



出典：厚生労働省（2023）「治療と仕事の両立支援ハンドブック」、P10

[https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/230313\\_chiryoun\\_handbook\\_web\\_A.pdf](https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/230313_chiryoun_handbook_web_A.pdf)



### コラム： 化学療法を行いながらの職場復帰

脳腫瘍の中でグリオーマの患者さんに対しては、手術、放射線治療の後、テモゾロミドという薬物療法が外来通院で行われることが一般的です。腫瘍治療電場療法が併用されることもあります。テモゾロミド内服療法では、5 日間のテモゾロミド内服と 23 日間の休薬期間が 28 日サイクルで繰り返されます。腫瘍治療電場療法は、頭皮にアレイとよばれる電極を貼付して腫瘍細胞の分裂を阻害する治療で、貼付時間が長いほど（1 週間のうち 75%以上など）、効果が高いことが知られています。これらの治療期間は、病状に応じて半年から 2, 3 年に及ぶこともあり、多くの患者さんが治療を続けながら仕事を再開したり、継続されています。症状や体調が落ち着いていれば、就業時間や就業形態などを職場と相談して、テモゾロミド内服療法や腫瘍治療電場療法を行いながら、仕事に復帰することは可能です。パート 3 もご参照ください。

## 3) 準備 3 : 新しい働き方を検討する

治療を契機に、新たな働き方の検討、新しい職場を探す方もいます。治療に伴い、麻痺や症状が残り、身体障害者手帳を取得し、障害者枠で新たな働き方を検討する方もいます。詳細はパート 4 をご覧ください。

## 4) 準備 4 : 職場復帰に向けたリハビリテーション

### ① 職場復帰へ向けた課題とその解決

仕事をするためには、いろいろな能力が必要になります。人とコミュニケーションをとる、物を運ぶ、工具を使う、屋外を移動する、書類を作る、パソコンを操作するなど、具体的な作業を想定してリハビリテーションの課題を整理し、療法士と一緒に問題を解決する手段を検討します。高次脳機能障害などは自覚症状に乏しく、間違いを繰り返してしまうようなこともあります。こうした症状が続くようであれば、作業の時間を区切る、静かな部屋を用意する、メモをとる、スマホを活用する、手順を整理してミスをなくすようにするなどの工夫を検討します。また、高次脳機能障害によって対人関係をうまく築けないこともあります。高次脳機能障害は他人から見て症状が分かりにくいこともあり、周りの人に障害を理解してもらい、必要に応じてサポートをしてもらうことも大切です。

### ② リハビリテーションとの関り

回復期リハビリテーション病棟では入院生活を続けながら集中的にリハビリテーションが行われますが、職場復帰までは対応できない場合も少なからずあります。復職にあたっては、必要に応じて通院リハビリテーションや自宅に訪問してもらってのリハビリテーションを併せて行う期間を設けると良いでしょう。体力的なことも含めて、一日に仕事をする時間、出勤する頻度などを徐々に上げていく過程も必要です。元の職場に戻ることが難しいような場合には、リハビリテーションでの評価をもとに、自分に適した仕事を探していきましょう。

### ③ 生活習慣のリハビリテーションについて

仕事の生活時間に身体を整えていくために、復職前から下記に取り組んでみることをお勧めします。

- ・出勤時間に合わせて起床してみる
- ・出勤時間に合わせて身支度をし、外出してみる
- ・出勤時間に合わせて通勤電車になるなど模擬出勤を試してみる など

## 5) 相談先について

どんなふうに通きたいか、どんな仕事に就きたいか等、1人で考えることが大変な場合には、がん相談支援センターの相談員やハローワークの就職支援ナビゲーター等で相談することも可能です。是非ご活用ください。

(ア) がん診療連携拠点病院 がん相談支援センター (病院の相談窓口)

<https://ganjoho.jp/public/institution/consultation/cisc/cisc.html>



(イ) 長期療養者就職支援事業 (再就職の相談)

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000065173.html>



## 6) 障害が残っている場合

半年以上経過しても、手足の麻痺などが残り歩行や生活に支障をきたしている場合、身体障害者手帳を申請できる場合があります。また、高次脳機能障害が残り生活に支障をきたしている場合、精神障害者福祉手帳を申請できる場合があります。手帳を取得することで、仕事復帰のための様々な支援（ジョブコーチ等）の利用にも繋がります。また、障害年金の申請ができる場合もあります。主治医、ソーシャルワーカー、がん相談支援センターでの相談をお勧めします。

### コラム： 産業医による復職面談

大きな企業では、従業員の健康や安全を管理する産業医が選任されています。産業医と普段直接会う機会は少ないかもしれませんが、健康診断などで既に会っているかもしれません。復職に際しては、主治医の診断書提出とともに産業医の復職面談を実施している企業も多く、その際、職場には直接伝えにくいことや不安な点について相談することも可能です。また、産業医と従業員との橋渡しとして産業保健師を配置している企業も多く、事前に保健師に相談をすることも可能です。

### コラム： リハビリ勤務

復職する前に「試し出勤」や「リハビリ勤務」で通勤のシミュレーションをしたり、復職予定の職場で事前に同僚の従業員とコミュニケーションをとることも有用です。自分のできることを確認できる、周囲の方に自分の状況をわかってもらう、などのメリットがあります。ただ、リハビリ勤務の期間はあくまで休職期間中（傷病手当金を受給している期間）なので、通勤や作業に際しての事故などは労災にはなりませんので、事前に職場の上司とよく相談して実施することが望まれます。

### 【参考資料】

- 独立行政法人労働者健康安全機構（2017）「脳卒中に罹患した労働者に対する治療と就労の両立支援マニュアル」平成 29 年 3 月
- 独立行政法人労働者健康安全機構（2017）「がん罹患した労働者に対する治療と就労の両立支援マニュアル」平成 29 年 3 月
- 国立がん研究センターがん対策情報センターがんサバイバーシップ支援部（2020）「よりよい意思決定のための就職活動応援ガイド」令和 2 年 3 月
- 厚生労働省（2022）『事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン』（令和 5 年 3 月改訂版）  
(<https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/guideline.pdf> )
- 厚生労働省（2023）「治療と仕事の両立支援ハンドブック」  
[https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/230313\\_chiryoun\\_handbook\\_web\\_A.pdf](https://chiryoutoshigoto.mhlw.go.jp/dl/download/230313_chiryoun_handbook_web_A.pdf)
- 西田俊朗・坪井正博・坂本はと恵・堀之内秀仁（2017）『仕事とがん治療の両立お役立ちノート』平成 29 年度厚生労働科学研究費補助金がん対策推進総合研究事業（がん政策研究事業）「働くがん患者の就労継続および職場復帰に資する研究」
- 桜井なおみ・藤田久子監修（2020）「ワーキングサバイバーズハンドブック①②」中外製薬
- 桜井なおみ・市川和男・後藤悌他（2009）「がん患者の就労・雇用支援に関する提言～病とともに歩む人が、自分らしく生きていくために～」社会事業研究 48,177～187

## パート3 職場への復帰・その後 「持続できる無理のない働き方と工夫」

今まで働いていた職場に復帰する際、「休暇をもらって職場に迷惑をかけたから」「休んだ分の遅れを取り戻したいから」などと考え、頑張りすぎてしまうことがあります。仕事を始めることで「今までできていた仕事が思うようにできなくなっていた」など家庭生活ではわからなかったことにも気づくかもしれません。仕事復帰は、ゴールと思いがちですが通過地点です。仕事をする中で、自分自身が気づいたこと、身体と気持ち・体力等をみながら、無理のない働き方を周囲と相談していくことが大切です。その要になるのが、周囲とのコミュニケーションと職場内の制度の活用です。まずは1週間、3週間と様子をみながら、上司や産業保健スタッフと相談し、職場内の制度を利用しながら、ご自身のペースで働けるように工夫してみましょう。

### 1) 職場で利用できる勤務制度の確認

フルタイム勤務に戻る前に「短時間勤務制度」を利用したり、傷病手当金を併用しながら週2～3日勤務するなどの「試し出勤制度」、通勤ラッシュによる負担軽減のための「時差出勤制度」、「在宅勤務制度」の利用を希望するのもひとつです。また、後遺症などに対処するために、休憩室や医務室を利用したり、休憩時間を複数回に分けて取るという方法をとって仕事復帰をしている方もいます。事前に上司や人事担当者、産業保健スタッフと相談し、職場でできる配慮を話し合っていくことをお勧めします。その際、先の章で述べた「生活に影響する症状」「職場に配慮してほしいこと」「仕事をする上で大切にしたい事」を思い起こしながら、無理のない範囲で少しずつ相談を重ねていきましょう。

#### 利用可能な社内制度（例）

復帰後の通院治療や入院治療、働き方に合わせて、人事労務担当者に相談してみることをお勧めします。  
※年次有給休暇以外は、会社によって利用できる制度が異なります。

入院治療	通院治療	働き方の一時変更
<ul style="list-style-type: none"> <li>年次有給休暇</li> <li>私傷病休暇制度</li> <li>退職制度</li> <li>積立休暇 等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>年次有給休暇</li> <li>積立休暇</li> <li>短時間勤務制度</li> <li>時間単位、半日単位の有給休暇等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>短時間勤務</li> <li>フレックスタイム制度</li> <li>在宅勤務制度</li> <li>マイカー通勤 等</li> </ul>

【出典】桜井なおみ、藤田久子監修（2020）「ワーキングサバイバースハンドブック③」中外製薬株式会社,p13

### 2) 外来化学療法を続けながらの職場復帰の工夫

復職後も通院治療が継続する場合には、体力的な負担も予想されます。副作用が強いと予想される時期には休暇を取得できるよう職場と相談する、もしくは副作用が強い時期が週末になるように治療スケジュールを医師と相談する…など、職場だけではなく、医師とも相談できると、仕事と治療を両立する強みになります。

指定された通院日や外来時間は万難を排して最優先にと考えてしまいがちですが、生活をしながらの治療では、大切にしたい優先順位が異なる局面もあります。時には、生活や業務に支障のない時間帯（例えば朝一番、夕方など）や曜日の通院について、主治医と相談してみるのもひとつです。

また治療のために自宅から遠い医療機関で治療を受けている方にとっては、治療継続が仕事復帰を妨げることもあるかもしれません。仕事復帰したいとの意向を主治医に伝え、早い段階から復帰時期を相談していくのもひとつです。時には、地元の医療機関での治療に変更し、治療を続けながらの職場復帰に繋がることもあります。

### 3) 周囲の人に「どこまで・何を・なぜ伝えるか」

職場に戻ると人と接する機会が増えます。休んでいた間に状況報告をしてきた上司だけではなく、同僚や部下にも何をどこまでなぜ伝えるかなどを考えることが、職場内コミュニケーションのポイントとなります。職場関係者に身体の状況を伝えた方が理解や協力を得やすくなるとは言え、仕事上の不利益に繋がらないかなど不安を抱くこともあります。働く環境によって様々ですので、伝えた場合・伝えない場合のメリット・デメリットを整理することをお勧めします。また、「直属の上司まで」「チームのメンバーまで」など、休んだ理由などをどこまで話をすべきか公表する範囲に関する意向をあらかじめ職場に伝え、誰にどんな手順でいつ伝えるか、上司と話し合っておくのもひとつです。

仕事上の配慮を求める場合は、今の時点で「できること」「できないこと」「配慮を求めたい期間がどのぐらいか」を整理しておくといでしょう。しびれや倦怠感など外からでは分かりにくい症状が続く場合は、必要な配慮期間を主治医にも確認し、こまめに職場内で共有していくのもひとつです。

あなたの仕事復帰を待っていた上司や同僚も「どう接すればよいか」と悩んでいることもしばしばあるようです。配慮してもらえた時には、「ありがとうございます」「助かりました」等、感謝の言葉を伝える周囲への気遣いは大切です。

困った時にはお互い様、頑張りすぎない働き方を考えていきましょう。

### 4) 心と身体のメンテナンス

仕事復帰し、自分の仕事のペースを取り戻すには、少なくとも、半年から1年はかかると言われています。復職後に「これまで普通にできていたことができなくなっている」とショックを受けたり、脳腫瘍治療後の後遺症による記憶力低下や注意力低下などの目に見えにくい高次脳機能障害を周囲から理解してもらえないとショックを受けたり、疎外感を感じる方もいらっしゃるようです。全てが今まで通りとはいかなくとも、仕事で貢献できていることがあるのではないのでしょうか。できない部分に焦点をあてて一人の世界で考え込むだけでなく、時には周囲に相談してみることもひとつです。自分自身では気づかなかった解決のヒントを得ることもあります。

長い職業人生で考えたときに、「継続的に働くこと」「安定的に仕事をこなすこと」が重要です。復帰後、体調が思わしくないときは、無理をせずに「きちんと休むこと」も大切な「仕事」です。1日無理をして1週間寝込むよりも、今日1日しっかり休むことを心がけて自己管理をしていくことをおすすめします。

身体への負担軽減を検討するのと同じぐらいに、ご自身の心の負担に目を向けることも大切です。心の負

担やストレスの原因をなくすことは難しいかもしれませんが、心に負担がかかっていると気づくことで、ストレスが過剰にならないような対処に繋げることができます。

#### 【自分のストレス傾向を知る】

- どのようなことにストレスを感じやすいですか？  
例) 自分の思うように仕事ができずイライラしています
- ストレスを感じたときに、どのような反応を起こしやすいですか？  
例) 頭が混乱して集中ができなくなります
- これまでストレスをどのように解消してきましたか？  
例) 寝ることで解消します。友人に相談します。

#### 【いくつかの対処方法をもつ】

1 人だけで対処する必要はありません。必要に応じて、病院の精神腫瘍科医、臨床心理士、がん専門相談員、社会保険労務士等を活用することも可能です。同じ体験をした患者さんの集まりで体験共有することが力になることもあります。

病院や地域の第三者に支援を求めることもひとつの方法です。お住いの近くにある患者会やメンタルサポートの専門職については、がん相談支援センターに聞いてみるとよいでしょう。お困りの内容によっては、様々な専門職（社会保険労務士、ファイナンシャルプランナー等）の活用についてもアドバイスをもらえます。

#### 【主治医や専門家に早めに相談したいメンタルの不調】

以下の症状が2週間以上続く場合には、メンタルの不調が疑われますので、主治医や専門家に早めに相談することをおすすめします。

- 気分の落ち込み、憂うつな気分
- 趣味などが楽しめない
- 体重の減少または増加、食欲の減少または増加
- 寝つきが悪い、夜中に目が覚める、朝早く目が覚めてしまう、どれだけ寝ても眠気がとれない
- 焦り・イライラの気持ちが続く
- 疲れやすい
- 価値のない人間だと思ふ、周りに対して申し訳なく思う
- 思考力や集中力が低下する、決断が難しい
- いっそのこと消えてなくなりたいと思う

出典：佐伯覚編集（2020）『働く世代のあなたに脳卒中の治療と仕事の両立お役立ちノート』厚生労働省健康局「令和元年度がん患者及び脳卒中患者の仕事と治療の両立支援モデル事業」及び令和2年度厚生労働科学研究費補助金研究（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）「脳卒中及び循環器疾患における治療と仕事の両立支援の手法の開発」,p49を一部改変

## 5) てんかん発作への対応

脳腫瘍が原因となりてんかん発作を起こす可能性がある場合、ご自身を守るためにも、上司や産業保健スタッフに共有しておく必要があります。どのような発作が起こる可能性があるのか、周囲の方の対処方法について、主治医にもよく相談しておくといでしょう。

例えば、「下記のような症状があれば平な場所に寝かせてください」「下記のような症状があれば救急車を呼んでください」などと伝えておくのもひとつの方法です。

- ・両手足をつっぱり身体がのけぞるような発作や、両手足のガタガタとしたけいれん
- ・手足の一部のけいれんや、意識の低下した状態（問いかけに対する反応がないなど）が5分以上続き止まらない など

## 6) 退職という選択肢

職場で利用できる制度を最大限利用しても、仕事復帰をするまで身体がついていかないこともあります。職場の就業規則で休職期間が定められており、退職を余儀なくされる場合もあります。その際には、退職にむけての必要な手続きを期限内に終わられるように、心がけましょう。治療をしている場合、健康保険証の切れ目がないように、特に注意する必要があります。ここでは治療を継続する上で大切な制度をご提示します。

<p>健康保険証の変更</p>	<p>健康保険とは、会社員や公務員が加入している公的な保険です。退職日の翌日から無保険となってしまうため、必ず公的な保険に加入しましょう。</p> <p>公的な保険に加入する方法は3つあります。</p> <p>① 任意継続被保険者制度を利用</p> <p>退職後も会社の健康保険に最長2年まで継続して加入できる制度です。家族を扶養に入れることもできます。継続を希望する場合は、離職日の翌日から20日以内に加入していた健康保険組合へ申請します。</p> <p>② 国民健康保険に加入</p> <p>各市町村が運営する健康保険制度です。離職日の翌日から14日以内に住民票のある市区町村役場で手続きをします。この期間を過ぎても手続きはできますが、保険料は退職日の翌日にさかのぼって計算されます。</p> <p>③ 家族の健康保険に扶養として加入</p> <p>家族が健康保険の被保険者であり、自身の年収が130万円未満の場合、被扶養者として健康保険に加入できる可能性があります。実際に加入できるのか、家族が加入している健康保険組合、全国健康保険協会などに確認が必要です。</p>
<p>雇用保険（失業保険）の手続き</p>	<p>雇用保険（失業保険）とは国の保険制度の一つです。</p> <p>「1週間の所定労働時間が20時間以上であり、31日以上雇用見込みがある」という条件で雇用されていた場合、基本的に全員が加入者となり、退職後に失業手当を受け取れる場合があります。失業手当は、再就職の意思があり、行動をしている人に対して給付されるものです。病気等ですぐに就職するのが困難な人などは対象外となります。</p> <p>退職後すぐに働くことができない場合には「雇用保険の延長手続き」をしておくことで、再度就職活動を開始する際に失業手当を受給することができます。退職後1か月以内にハローワークでの手続きが必要です。</p>

<p>年金の切り替え手続き</p>	<p>公的年金には大きく分けて 2 種類あります。20 歳以上の国民が全員加入する国民年金と、会社員や公務員が国民年金に加えて加入する厚生年金があります。</p> <p>退職すると会社員ではなくなるため、国民年金への切り替えが必要です。退職日の翌日から 14 日以内に、年金手帳、離職票等を持参のうえ住民票がある市区町村役場で手続きをします。</p> <p>障害年金を受け取ることができる場合もありますので、年金事務所や市区町村役場で相談してみましょう。ただし傷病手当金と障害年金の受給期間が重なる場合、支給額が併給調整される可能性があるため注意が必要です。</p>
<p>退職後の傷病手当金の手続き</p>	<p>退職後も傷病手当金を継続して受給できる場合があります。受給の可否や申請手続きの方法を、加入していた健康保険組合に確認しておきましょう。</p>

【参考資料】

- 独立行政法人労働者健康安全機構（2017）「脳卒中に罹患した労働者に対する治療と就労の両立支援マニュアル」平成 29 年 3 月
- 独立行政法人労働者健康安全機構（2017）「がん罹患した労働者に対する治療と就労の両立支援マニュアル」平成 29 年 3 月
- 厚生労働省（2023）『事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン』（令和 5 年 3 月改訂版）
- 日本てんかん協会「発作の介助と観察」<https://www.jea-net.jp/epilepsy/spasm>（2023.5.7 検索）
- 西田俊朗・坪井正博・坂本はと恵・堀之内秀仁（2017）『仕事とがん治療の両立お役立ちノート』平成 29 年度厚生労働科学研究費補助金がん対策推進総合研究事業（がん政策研究事業）「働くがん患者の就労継続および職場復帰に資する研究」
- 佐伯寛編集（2020）『働く世代のあなたに脳卒中の治療と仕事の両立お役立ちノート』厚生労働省健康局「令和元年度がん患者及び脳卒中患者の仕事と治療の両立支援モデル事業」及び令和 2 年度厚生労働科学研究費補助金研究（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）「脳卒中及び循環器疾患における治療と仕事の両立支援の手法の開発」
- 桜井なおみ・藤田久子監修（2020）「ワーキングサバイバーズハンドブック①②③④」中外製薬
- 桜井なおみ・市川和男・後藤悌他（2009）「がん患者の就労・雇用支援に関する提言～病とともに歩む人が、自分らしく生きていくために～」社会事業研究 48,177～187

## パート4 新たな職場への就職 「新たな働き方を考える」

脳腫瘍と診断された後、「治療に専念したい」「体力的に仕事の継続が難しくなった」「もともと仕事を辞めようと思っていたので治療のタイミングで退職した」「やむを得ず転職せざるを得なくなった」など、様々な理由で仕事から離れる方がいます。一方で、「これまでどおり働けるのだろうか」と戸惑いながらも、再び働き始めることを考えている方もいると思います。また、診断や治療をきっかけに仕事への価値観が変わったり、あるいは身体の変化に伴って働き方の変更を考えることもあるでしょう。働き方を変えることは大変なことですが、この機会に一度立ち止まって、考えを整理してみることをおすすめします。1人で考えることが大変な時には、がん相談支援センターのがん専門相談員や、ハローワーク等でもお手伝いできます。

### 1) 新しい働き方を考えてみましょう

【仕事に対してどのような価値観をもっていますか？】

例えば…下記に該当するものはありますか？ほかにどんな価値観をもっていますか？

- ・仕事が生きがいになって治療も頑張れる
- ・仕事をしていると病気のことを忘れられる
- ・社会的なつながりを保ちたい
- ・家族の生活を維持するために必要
- ・治療費が賄える程度の収入があればよい

【どのように働きたいと考えていますか？】

- ・雇用形態は？（正社員・契約社員・パートアルバイトなど）
- ・勤務時間は？（フルタイム・週に何回勤務／1日何時間勤務）
- ・時短勤務やフレックス、在宅勤務など、利用できる制度はあるでしょうか？
- ・通勤の範囲（時間・手段）は？
- ・仕事をこなす体力はありますか？
- ・年収はどの程度必要でしょうか？

【どのような仕事に就きたいですか？】

- ・どのような職種が適しているでしょうか？（営業、事務、体を動かす仕事、販売、補助業務等）
- ・これまでの職務経験、スキルや興味がどう活かされますか？
- ・新しい仕事のために職業訓練が必要でしょうか？その時間や資金はありますか？
- ・希望している仕事の採用状況（景気動向）はどうなっているでしょうか？



- ・家族の理解は得られそうですか？
- ・治療との両立はできそうでしょうか？

【再就職を目指すことの気付きは何でしょうか？】

体力的には就労可能でも、「周囲に迷惑をかけてしまうのでは…」 「働きすぎると体に良くないのでは…」などの理由から再就職に消極的な場合もあります。

働く姿をイメージした時に、気になること、心配なことをひとつずつ書き出しみるのもひとつです。気付きな点を意識することで、解決方法を考えるチャンスに繋がります。働く上では、身体と心のバランスが大切です。気付き、気持ちを大事にしながら就職活動の準備を進めていきましょう。

## 2) 新たな就職先の探し方

企業情報、仕事内容、どんな働き方ができるかなどの情報収集から始めるとよいでしょう。自分に合った情報入手ツールを見つけて最大限活用していきましょう。働き手を探している企業との出会いは、どこにあるかわかりません。アンテナを広く張って積極的に情報収集してみましょう。

<p>地域のハローワーク</p>	<p>求人情報のほか、就職に向けて自己啓発講座や職業訓練など能力開発に関する情報や機会も入手できます。</p> <p>また、都道府県内の特定のハローワークに「長期療養者（がん患者等）の方の相談窓口」が設置されており、就労支援ナビゲーターが相談対応しています。</p> <p>身体障害者手帳、精神保健福祉手帳等をお持ちの方は、ハローワーク内にある「障害者専門窓口」での相談も可能です。専門の職員・職業相談員が障害の状況や適性、希望職種等に応じて、職業相談、職業紹介、職場適応指導を実施しています。</p>
<p>長期にわたる治療等が必要な疾病をもつ求職者に対する就職支援事業（厚生労働省）</p>	<p>がん診療連携拠点病院とハローワークが連携し、がん治療状況を踏まえた職業相談・職業紹介を全国的に実施しています。ハローワーク内だけではなく、がん診療連携拠点病院などへの出張相談、求人情報の提供も行っています。</p> <p>【厚生労働省ホームページ】 <a href="https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000065173.html">https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000065173.html</a></p>  <p>【事業実施安定所及び連携先拠点病院等一覧】令和5年4月1日現在 <a href="https://www.mhlw.go.jp/content/11600000/001092359.pdf">https://www.mhlw.go.jp/content/11600000/001092359.pdf</a></p> 
<p>人材派遣会社、就職情報サイト、新聞等掲載の就職情報</p>	<p>インターネットなどから登録することで、希望する情報が得られるほか、業界の雇用市場の動向などもつかめるので便利です。</p>
<p>縁故や知人からの紹介</p>	<p>これまで培ってきた社会経験や人脈を通じて紹介してもらう「縁故」採用も、特にキャリアの長い方が転職を考える上では重要なルートです。知人、親戚、前の会社の上司や同僚などに仕事を探していることを伝えておき、紹介してもらうのもひとつの方法です。仕事ぶりを直接見てきた仲間に、客観的なアドバイスを求めたり、長所や短所を指摘してもらうことはこれからの就職活動にプラスになるのではないのでしょうか。</p>

## 3) 病名の開示・非開示、キャリアブランク（離職期間）について考えてみましょう

病名を伝える・伝えない・どこまで伝えるかは多くの方が悩むところです。

病名は個人情報です。そのため、必ずしもエントリーシート記入時や面接の場面で自ら「病名」を開示する必要はないでしょう。経過観察中など特に配慮が必要としない場合には、伝えないのもひとつです。ただし、採用側に就業上の配慮を希望している場合は、伝え方や伝えるタイミングを工夫してみることをおすすめします。

例えば、下記のようなことを事前に考えてみましょう。

<例 1>「定期的な通院の必要がある。採用に影響しないか心配。どう伝えるか」という場合

⇒工夫:「現在は月に 1 回通院していますが、1 年後には半年もしくは 1 年に 1 回程度となる見込みですので、仕事への影響も減ると思います。」

<例 2>「採用面接で前職の退職理由を聞かれた」という場合

⇒工夫:退職理由が病気だったとしても、病名やその事実だけを伝えるのではなく、病気を経験したからこそ得られたもの、感じたこと、そして、現在は業務に支障がない状況であることなどを自身の言葉で伝えてみましょう

<例 3>「採用面接でキャリアブランクについての質問を受けた」という場合

⇒工夫:「病気の治療に専念しましたが、今は仕事には影響ありません」  
「沢山の人に支えられた感謝の気持ちを、仕事を通じて恩返ししたいと考えています」  
「困難な状況を経験したことで、以前より強くなり人に感謝ができるようになりました」  
「離職期間によって、社会に関わる必要性や仕事への意欲を再確認できました」

再就職のための活動で伝えていくのは、「病名」ではなく「今の自分ができること」です。病気の経験を人生の転機として前向きに伝えることで、採用側の面接官の印象を変えることができるかもしれません。志望動機や退職理由、再就職のために努力してきたこと、職務経験や実績・応募企業で貢献できること、病気を経験したことで得られたもの・感じたこと等を整理して、準備をしていきましょう。

## 【参考資料】

厚生労働省「障害者の方への施策」

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyou/shougaisakoyou/shisaku/shougaisha/index.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/shougaisakoyou/shisaku/shougaisha/index.html) (2023.5.7 検索)

厚生労働省「長期療養者就職支援事業（がん患者等就職支援対策事業）」

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000065173.html> (2023.5.7 検索)

西田俊朗・坪井正博・坂本はと恵・堀之内秀仁（2017）『仕事とがん治療の両立お役立ちノート』平成 29 年度厚生労働科学研究費補助金がん対策推進総合研究事業（がん政策研究事業）「働くがん患者の就労継続および職場復帰に資する研究」

佐伯覚編集（2020）『働く世代のあなたに脳卒中の治療と仕事の両立お役立ちノート』厚生労働省健康局「令和元年度がん患者及び脳卒中患者の仕事と治療の両立支援モデル事業」及び令和 2 年度厚生労働科学研究費補助金研究（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）「脳卒中及び循環器疾患における治療と仕事の両立支援の手法の開発」

桜井なおみ・藤田久子監修（2020）「ワーキングサバイバーズハンドブック①②③④」中外製薬

桜井なおみ・市川和男・後藤悌他(2009)「がん患者の就労・雇用支援に関する提言～病とともに歩む人が、自分らしく生きていくために～」社会事業研究 48,177～187

## パート5 症状が進行したとき 「早めの受診を。制度を利用して休息を検討」

脳腫瘍の治療後は、治療を行った後の体調や再発の有無を確認するために、定期的に通院し、MRI などによる頭部の画像診断を行います。定期的な通院は続くものの、経過観察の段階になると受診間隔が空くことがあり、身体の不調や変化、気になることがあっても、医師や医療スタッフに相談しづらいと感じるかもしれません。受診間隔が空く場合には、「何か気がかりなこと、症状がでた際にどのように病院と連絡を取ると良いか。どこに相談したらよいか」を医師に確認しておきましょう。病院に受診するか迷うことがありましたら、がん相談支援センターに相談してみるのもひとつです。

今までと異なる症状が出現した場合は、早めに主治医と連絡をとり、受診をしてください。

### 1) 仕事を休む場合、新たな治療が必要となった場合

身体の調子によっては、一時的に仕事を休むことが必要となる場合もあります。有給休暇を取得したり、傷病手当金を活用することもあります。職場の上司や人事担当者や相談してみましよう。家族が職場と連絡を取らざるを得ない場合もあります。職場に確認したいこと、主治医に確認したいことなど、パート1をご参考ください。治療を開始する場合は、どんな治療をどのぐらいの期間続けるのか、入院治療になるのかなど、医師に確認しましょう。

### 2) つらい症状について

脳腫瘍の治療や症状が進行することによって生じる、痛み、疲労、吐き気、食欲不振、睡眠の問題、だるさ、気分の落ち込み、孤独感などの体や心の不調に対して適切に対処することは、生活を守り、自分らしさを保つことにつながります。つらい症状があるときにはどんなことでも遠慮しないで医師、看護師、医療スタッフにお話してください。

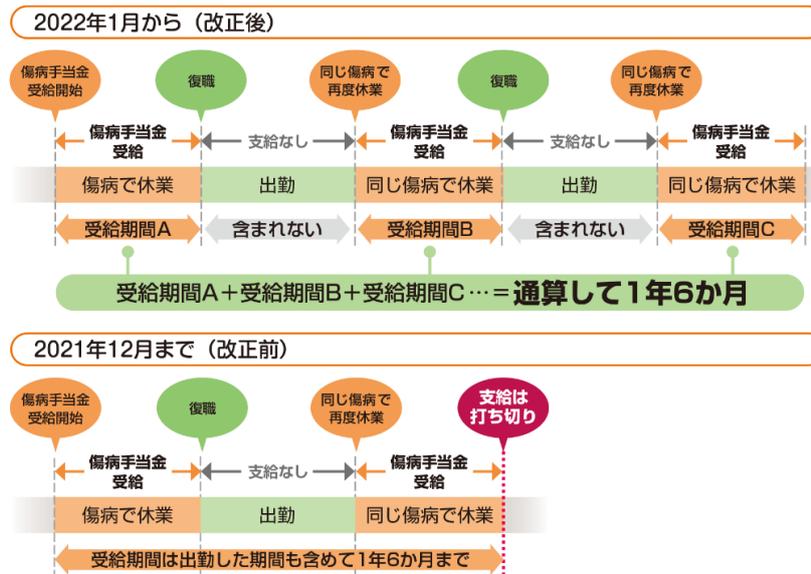
### 3) もしも病気が再発したら

もしも病気が再発した場合は、ご自身の状態や治療方針を主治医に確認し、仕事の継続が可能か、または有給休暇の取得、休職などを検討してみましよう。仕事復帰までの手順や後遺症との付き合い方、主治医や職場との相談方法などを記載しているパート1～3もぜひご活用ください。

### コラム： 傷病手当金を賢く利用する

2022年1月からの法律改正により、傷病手当金は、1つの傷病につき、通算して1年6か月出ることになりました（図1）。これにより、再度休職する場合なども、利用可能となりました。

図1 同一傷病※で再度休業した場合 ※再発や転移は同じ病名（同一傷病）になります。



出典：中外製薬株式会社「ここが知りたい！お金のはなし 傷病手当金編」

[https://ganwith.jp/money/about\\_money/article\\_201\\_03\\_05.html](https://ganwith.jp/money/about_money/article_201_03_05.html) （2023.5.7 検索）

2021年より以前に傷病手当金を利用し終わった方で、仕事を復帰していた方が再発した場合、「社会的治癒」という考え方を利用し、再度、傷病手当金が申請できないかを保険者に相談してみることもひとつです。「相当期間に渡って社会復帰（職場復帰等）をしていた場合は、社会通念上『治癒』としたものとみなし、最初の病気と再発は同一ではないものとする」（協会けんぽ）とあり再発の時点からさらに1年6ヶ月間、2回目の傷病手当金を受給できる可能性があります。その判断は、それぞれの保険者で行いますので、必ず窓口にご確認ください。

#### 【参考資料】

中外製薬株式会社「ここが知りたい！お金のはなし 傷病手当金編」

[https://ganwith.jp/money/about\\_money/article\\_201\\_03\\_05.html](https://ganwith.jp/money/about_money/article_201_03_05.html) （2023.5.7 検索）

国立研究開発法人国立がん研究センターがん情報サービス（2021）「各種がん 115 脳腫瘍」

国立研究開発法人国立がん研究センター（2018）「各種がん 118 でんし冊子 神経膠腫」

オンコロ「脳腫瘍の再発・転移」[https://oncolo.jp/cancer/brain\\_tumor-recurrence](https://oncolo.jp/cancer/brain_tumor-recurrence) （2023.5.7 検索）



編集・発行

JSNO 特定非営利活動法人日本脳腫瘍学会 <https://www.jsn-o.com/>

〒181-8611 東京都三鷹市新川 6-20-2 杏林大学医学部内

TEL : 0422-47-5511 (内線 4546) E-mail : [jsno@jsn-o.com](mailto:jsno@jsn-o.com)

日本脳腫瘍学会 脳腫瘍支持療法委員会

原案作成者 (就労支援ワーキンググループ)

久住 真有美 (慶應義塾大学病院医療連携推進部/がん相談支援センター)

野村 恵子 (NPO 法人脳腫瘍ネットワーク (JBTA) )

ガテリエ ローリン (NPO 法人脳腫瘍ネットワーク (JBTA) )

柳澤 俊介 (国立がん研究センター中央病院脳脊髄腫瘍科)

佐伯 覚 (産業医科大学病院リハビリテーション科)

辻 哲也 (慶應義塾大学病院リハビリテーション科)

水野 勝弘 (東海大学医学部附属病院リハビリテーション科)

山田 深 (杏林大学医学部附属病院リハビリテーション科)

成田 善孝 (国立がん研究センター中央病院脳脊髄腫瘍科)

佐々木 光 (東京歯科大学市川総合病院脳神経外科)

発行日 2023 年 7 月 1 日

本パンフレットの内容については、必ず医師・看護師など医療者の説明を聞いてご使用ください。  
無断で本パンフレットの内容を複製・転載することを禁じます。