

第2期計画に新たな課題として『がん患者の就労を含めた社会的な問題』と言うことが盛り込まれまして、働く世代のがん患者がどのような環境の中で実際に「仕事と治療の両立」が出来ているのかどうか、現実の問題になっていることはどんなことなのか等について、やはり、実際のがんを患い、病気と向き合いながら現在も仕事をフルタイムで継続している私自身の体験と患者会会員さんからお聞きした情報をお知らせするのが一番かと思いました。患者自身の体験から気づいた事を今後の取り組みの実現につなげるための参考にしていただければと思います。

1. 体験談（がんになっても自分を失わず仕事が継続できた理由）

・45歳の時に自分でがんを見つけました。（検診は毎回受けていました）

立場は**地方公務員**（公立保育所に保育士として勤務）であり、職場では中堅保育士（主任）として後輩の指導に当たる年齢でしたし、積極的に仕事をこなしていた時期でもありました。また私生活では成人式を迎える大学生と大学受験を控えた高校生の母親でもありました。

そのような時期にがんの告知を受けましたので、経済的にも立場的にもその時期のがん宣告は非情に辛いものがありました。幸い、**病休や年休もスムーズにとれる体制の職場**でしたので、手術と放射線治療の為に3か月弱病休を取り、その後ホルモン療法で毎月1度の注射による治療の為に3年間毎月通院しました。またその間にCT検査や骨シンチ検査がありましたが、全て**年休で消化**することが出来ました。その後、10年間という長い期間通院して治療を受けながら仕事も継続することが出来ましたので、私の場合はとても恵まれた職場環境だったと思います。

職場の中では、病気のことを隠さず伝え、サポートしていただく部分が多くありました。ただ、小さなお子さんを抱っこしたりおんぶしたりすることも仕事の一つで、術後に復帰してから数年はそれが思うように出来ませんでした。また、術側の左手に以前のように力は入らず、夕方になると赤くむくんできているのが分ることもありましたが、周囲の方々にカバーしてもらい、何とかクリアできていたように記憶しています。

復帰して一か月後頃ですが、がんになって出来なくなったことの多さに落ち込み、周りに迷惑をかけている自分が情けなく、仕事を辞めた方がいいんじゃないかと思い、上司と主治医に相談したことがありました。主治医には、仕事はやめない方がいい、家で病気のことばかり考えるようになるのは良くない、ハードなりハビリだと思ってやってみなさい、やってみてダメだったらそこで考えればいい、とアドバイスされました。

また、上司には、『今は出来ないことがあっても、みんなでカバーするから頑張る。時間が経てば少しずつ良くなるはずだから』と励まされました。上司の身内の方に乳がんで亡くなった方がいたようで、がんに対して理解して下さっていたことからこのようなサポートがいただけたのだと思います。**上司の理解と主治医のアドバイス**のおかげで、何とか乗り切ることが出来ました。

次に、他の患者さんの例ですが、どうしても治療が長引いてしまう為（抗がん剤治療だと六か月間の期間がかかります）副作用や外見が変わることへの嫌悪感と共に、病休や年休がとりづらいので**依願退職**された方や、職場に病気のことを話したら、好奇心のような目つき

で見られたという方、逆に知られたくなくて誰にも話さずがんを隠して仕事をしていましたが、術後に疲労感があり以前と同様に仕事が出来ず、辞めざるを得なかった方等がいました。

ここで最初に気づいたことは、職場の理解の無さ、がんになったことで以前のように動けないことで迷惑をかけていると思つての周囲への遠慮等が就労から離れてしまう原因の一つになるのではないかということと、身近な上司のがんに対する理解と主治医の細かなサポートがとても重要であったということです。

乳がんの場合は治療が長期にわたり、10年過ぎても再発の不安は消えませんので、長く付き合わなければならない慢性疾患という捉え方をしています。その間、死と向き合う時間も増えてしまうのですが、仕事に復帰できず、家と病院の行き来のみ生活になると、私自身もそうでしたが一人になって考えることは病気のことばかりだったという方が多くみられました。

個人によって捉え方の違いはあると思いますが、働ける世代のがん患者が仕事を持たない、あるいは外に目を向けないでいる場合のデメリットについて、私なりに考えられることがあります。

- ① **精神面**では悪い方にばかりくよくよ考え、うつ状態になる方が多い。実際に死の恐怖からうつになり、メンタルを受診されている方もいます。
- ② **身体面**では、引きこもってしまうことでやはり運動不足となり、肥満にもつながり、特に乳がん治療にはマイナスになってしまうことです。
- ③ **経済面**では治療費も高額なのにもかかわらず収入が減り、医療費が家計を圧迫してしまい、家族に遠慮してしまう方が多いということです。

整理してみますと、がん患者の就労に関する課題として考えられることは、

- **職場の中でのがんに対する理解の無さ**
- **復帰してからの就労に困難があること(通院や治療の副作用等での休暇が取れない等の状況)**
- **患者自身ががんになったことで経済的な面や体力的な面で周囲に迷惑をかけていると感じて遠慮してしまうこと**
- **主治医や上司等、身近に相談できる人や場が無く孤立感を持っている患者が多いこと**

というようなことが考えられました。

世の中には、がんだけでなくいろいろな病気やハンディを持った方々が沢山いらっしゃいますので、がん患者だけを特別視して優遇していただきたいということではありませんが、3人に一人はがんになるという時代でもありますので、いま挙げました課題を自分のこと(身近なこと)として、職場や病院、相談機関の在り方等についての検討していただきたいと考えますが、合わせて、患者自身も自ら努力していかなければいけないことがあると思います。

- ① **患者自身**が病気をよく理解することだと思います。治療期間や副作用、禁忌事項等を十分に理解し、職場にきちんと伝えて相談できるようにする。病気になったことですべてに悲観的にならず、社会の中で必要とされている自分に目を向け生きる意欲にかなげられるようにすることも大切なことだと思います。

- ② **職場(企業)**に関しては、就労環境を見直していただきたいと思います。手術や長期間の治療等での病休、年休が取れることはもちろんですが、復帰後は体力に合わせた就労時間の変更等、柔軟な勤務体制が取れるような仕組みがあると治療中でも仕事に復帰できる方が増えると思います。また、職場内でがんに関する勉強会（研修会）の機会を持ち、社会全般にがんへの正しい知識の普及をしていただきたい。合わせて家族の理解も必要ですので、家族へのサポートが出来る場の設定も忘れないでほしいと思います。
- ③ **病院内**では、仕事をしながら通院治療されている患者にとっては、通院回数が多くなると職場に遠慮してしまうことがあるので、土曜日の診察や平日の診察時間の延長等があると助かる方は多いと思う。
- ④ 身近に相談できる場や人ということで**相談支援センターの活用**が挙げられると思いました。相談支援センターでの就労に関する相談窓口を拡げていただくこと。そのためには、看護師、ソーシャルワーカー、臨床心理士さん等の構成メンバーの他に、患者自身の辛さ等も理解できる体験者をピアカウンセラーとして組織の中に入れていただき、分担してサポートできるような細かな相談支援体制もとても重要になると思います。

がんになっても、生きているあかしが欲しいと患者は思っています。

必要とされている実感とか誰かの役に立ちたいという思いもあります。がん患者に生きる意欲を持ち続けていただく為にも、病気になっても安心して必要な治療を受けながら仕事が続けられる、あるいは治療中でも復職できるような社会・仕組みが検討されることを希望します。そのことが、『がんになっても自分らしく暮らせる社会の構築』ということにつながると思っています。