



今年も早いもので上半期が終わりますね。相談室では毎月120件を超える相談をお受けしました。少しでもがんで悩む皆様に寄り添いお力になりたいと思っております。気になることがありましたらお気軽に相談室をご利用ください。

**がんになったら仕事は・・・**最近「がんになっても働きましょう」とよく聞くようになりました。国の施策として推進されています。しかし「治療をしながら本当に働き続けられるのか、働くために何をどうしたらいいのか」と心配し相談に来られる方が多くいらっしゃいます。今回は「**がんと就労**」について考えてみます。大切なことはまず落ち着くこと。心が混乱しているときに重要な決断は避けましょう。気持ちが落ち着いてきたら治療と仕事に関する情報を整理することからはじめてみましょう。そこで整理するために主治医、会社、そしてあなた自身が考えるポイントあげてみました。

### A: 担当医に確認するポイント

- 治療中も働くことはできますか
- 今までどおり働いてもいいのでしょうか
- 何か制限はありますか
- 治療に伴う副作用はどのように対処すればいいのでしょうか
- 他の治療方法はありますか

### B: あなた自身が考えるべきポイント

- 今後の治療はあなたの仕事のスケジュールに影響を与えますか
- 働き方をフレキシブルに変更できますか？  
周囲にそのような働き方をしている人はいますか
- 仕事を続けるために（内容、量、ペース配分など）今の仕事を見直すべきですか？
- あなたの権利・休む権利を知っていますか
- あなたにとって仕事は経済的・精神的にどのくらい大切ですか？

### C: 会社に確認すべきポイント

- 会社に私傷病休暇制度はありますか
- 時短制度などは使えますか
- パートタイムなど働き方の変更はできますか
- 在宅勤務はできますか
- 休憩室や医務室は利用できますか

**相談窓口があります！**

引用：ワーキングサバイバーズハンドブックシリーズ①：中外製薬 2017

主治医や会社に確認し自分でも働きたいと思っても一歩が踏み出せないと悩んでいることはありませんか。相談室では問題解決に向けて相談員、ソーシャルワーカー、ハローワークの両立支援促進員、社会保険労務士、キャリアコンサルタントがお手伝いしています。ご希望の方は相談室までお問い合わせください。

**ハローワーク相談会**：長期療養相談窓口担当者が仕事を探す方  
転職希望の方の相談を受けています（月2回）

**社会保険労務士相談会**：主に傷病手当、障害年金などの申請について  
相談を受けています。（月1回）

**おしごとーク**：お茶を飲みながら仕事の話しをしましょう（隔月1回）



月1回専門スタッフがいろいろなテーマでお話をします。  
今回は5月に開催した講話をご紹介します。

5月23日「笑いの効用」

東北福祉大学健康科学部保健看護学科 柏倉栄子先生

「病気をどうしよう」ではなく「元気になるにはどうしよう」という視点から様々な出会いを通して笑顔を広げたいとお話が始まり会場には楽しいお話しに笑顔があふれました。

「病気になったのに笑っていいの?」「なかなか笑えないわ」と思う方も多いかもしれません。でも「笑顔に勝る化粧なし」と言われるように笑うことで気持ちが変わることもあります。笑いには伝染して周りの人を笑顔にする力があります。研究結果からも笑うことが体の免疫力をあげると言われています。笑いは体や心に良い影響を与えてくれます。ちょっと笑いを意識して生活してみませんか。

OH OH!  
あはは!



「講話」今後の予定です。

14時～15時 院内がんセンターボード室で行います。

予約は不要です。

7月25日 食欲低下時の工夫 管理栄養士 布田美貴子先生

9月26日 よりよく生きていくためにこれからをどう考えるか  
緩和医療科 田上恵太先生

10月24日 臨床宗教師の仕事 臨床宗教師 金田諦晃先生

※ 11月、1月、2月にも予定しています。

### トピックス!

#### ウィッグ・乳房補整具の助成金交付について

がん患者さんの治療、しごと、社会参加の両立を支援し療養生活の質の向上や経済的な負担の軽減のために医療用ウィッグ及び乳房補整具の助成を行う自治体が増えています。

宮城県でもウィッグは**7つの市町村**、乳房補整具は**3つの市町**ではじめています。申請手続きや助成額など詳しくは各自治体の窓口にお問い合わせください

#### 📖 新しい書籍が入りました！ 立ち読み大歓迎です！！

サロン『ゆい』には治療に関する本のほかにもがん体験記や絵本川柳など様々な分野の本があります。

5月には新しい本を追加しました。リンパ浮腫ガイドライン、当院漢方内科の大澤稔先生が書いた漢方薬の本や読むとほっこり癒される童話や漫画なども用意しました。

検査の待ち時間にでもちょっと立ち寄ってみませんか。

#### ～ひとこと～

大阪で震度6弱の大きな地震があり残念ながら人的な被害も出てしまいました。被害のニュースを見るたびに東日本大震災の教訓がもっと活かされていれば防げたことがあったのではないかと思います。あらためてあの時の思いを風化することなく地震への備えを見直したいですね。