

# がんの仕事の 両立サポート 情報

2人に1人ががんになる時代、そして、がん患者さんの約3人に1人は就労が可能な年齢で罹患しています。がんは、早期であれば治る時代であり、「働きながら」「通院しながら」「会社・病院と相談しながら」仕事と治療を両立させている方が増えています。

仕事を  
やめなきゃいけない？

医療費や  
生活のことが  
心配…

困ったときに  
相談できる場所は  
ある？



ひとりで悩まず、みんなで一緒に考えていきましょう

まずは情報を整理してみましょう →

品川区のがんに関する総合情報サイト

品川区がん情報

検索



## がん相談支援センター

病気や治療に関する情報について、精神的なこと、経済的なこと、療養に関する不安や悩みについて相談できます。ほかの病院に通院している方もご利用いただけます。

品川区ではNTT東日本関東病院と昭和医科大学病院ががん診療拠点病院に認定されており、がん相談支援センターは上記に東京品川病院を加えた3院に設置されています。区外の病院については、「東京都のがん相談支援センター」で検索してください。

### NTT 東日本関東病院

品川区東五反田5-9-22  
電話03-3448-6280  
平日（月～金曜）  
9:00～17:00  
（対面相談は要予約）



### 昭和医科大学病院

（総合サポートセンター）  
品川区旗の台1-5-8  
電話03-3784-8775  
月～土曜 8:30～17:00  
（土曜は受付のみ）






### 東京品川病院

品川区東大井6-32-22  
電話03-3764-0511  
月～土曜 8:30～17:00






# がんと診断されたら

## ① まずは自分の病状・治療について整理してみる

<b>がん情報サービス</b>	独立行政法人国立がん研究センターが運営する「確かな」「わかりやすい」「役に立つ」がん情報を提供しているサイトです。 <b>AYA世代 (15歳～30歳代) の方へ</b> 学業、就職、恋愛など様々なライフイベントの中での患者さんの思いや現状を知ることができます。	  〈がん情報サービス〉 〈AYA世代の方へ〉
<b>東京都がんポータルサイト</b>	東京都が運営するがんに関する様々な情報を掲載したポータルサイトです。がん患者団体・支援団体の情報などについても掲載しています。	

## ② 専門家やピアサポーターに相談してみる

<b>公益財団法人 日本対がん協会 電話による「がん相談」</b>	「がん相談ホットライン」(予約不要) 1人概ね20分 がんに関する心配や悩みについて、看護師・社会福祉士がご相談をお受けしています。 電話03-3541-7830 毎日(年末年始を除く) 10:00～13:00/15:00～18:00	
<b>認定NPO法人 マギーズ東京</b>	看護師や心理士が、話をよくお聴きし、一緒に考えるお手伝いをしています。 お茶を飲んだり、本を読んだり、静かに時を過ごすこともできます。 江東区豊洲6-4-18 電話03-3520-9913 FAX03-3520-9914 開館時間 平日(月～金曜) 10:00～16:00 <b>品川区「がんの夜間相談窓口」</b> 毎月第3金曜日 相談費用無料 受付時間 18:00～20:00 申込 電話03-3520-9913へ	
<b>東京都がん経験者による ピアサポート窓口</b>	都立駒込病院・武蔵野赤十字病院で、無料相談事業を実施しています。 がん患者さんや家族の不安や悩みについて心のケアをするため、がんの経験者が親身になって受け止め、自らの体験を生かした相談を行っています。	

## ③ 働き続けるために、就労支援の制度を確認する




### 「その退職、ちょっと待って!」

働くことは、治療費や生活のためだけでなく、生きがいにもなります。  
まずは職場の就業規則などを確認しましょう。そして自分がどんな支援を受けたいか、主治医などに相談しながら考えましょう。  
診断されてすぐは悲観的な気持ちになりやすい状況ですので、大切なことは信頼できる人に相談しながら決断するとよいです。



## ④ 妊娠について考える

妊娠するために必要な力のことを、「妊孕性」といいます。がんそのものやがん治療が生殖機能に影響を及ぼし、妊孕性が低下したり失われることがあります。必要ながん治療を受けることを大前提として、がん治療前に「妊孕性温存療法」やがん治療後に「生殖補助医療」を受けられる場合があるので、まずは主治医に相談してみましょう。それぞれ区・都の助成を受けられる場合があります。

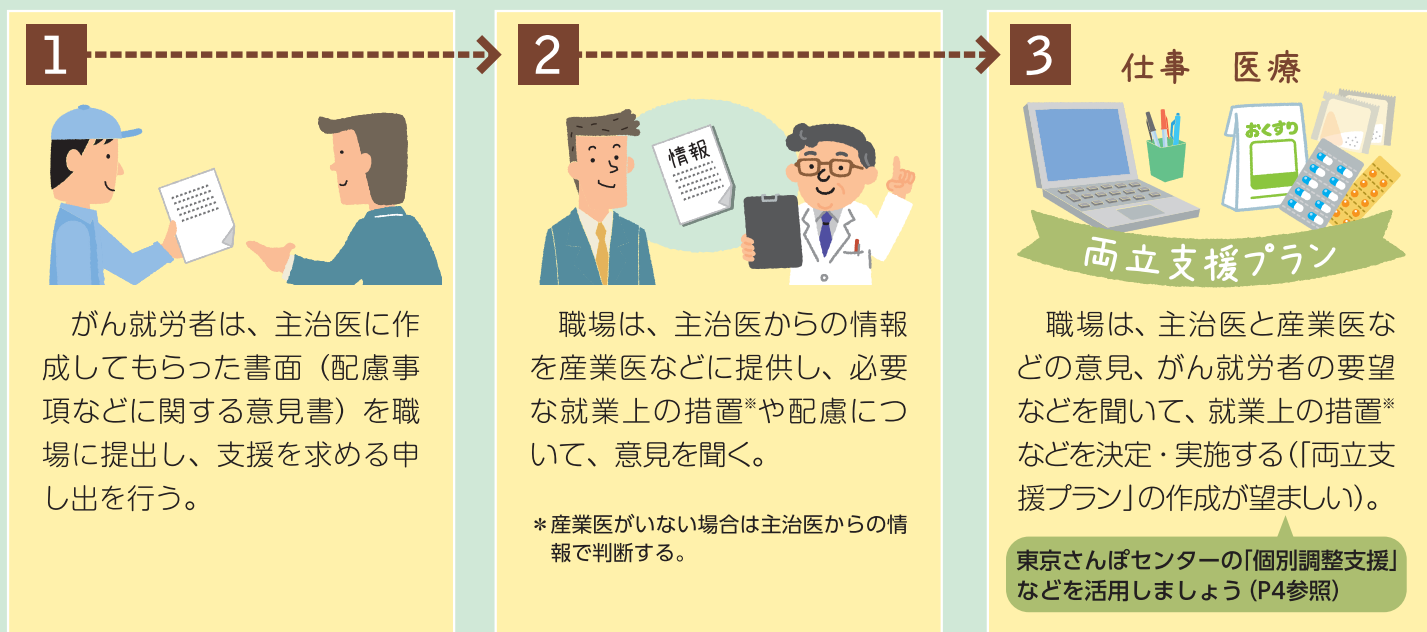
<b>東京都若年がん患者等生殖機能温存治療費助成事業</b>  東京都保健医療局 電話03-5320-4389 	<b>東京都特定不妊治療費(先進医療)助成事業</b>  東京都保健福祉局 電話03-5320-4362 	<b>品川区不妊治療(生殖補助医療)医療費助成</b>  品川区健康課保健衛生係 電話03-5742-6745 
---	--	---

# 企業・事業所の皆さんへ

定年延長などを背景にがんに関患する従業員が増えることが見込まれます。少子高齢化が進み、労働力人口の減少が見込まれる中、各企業・事業所では限られた人材を活かし、生産性を向上させることが重要な課題となっています。そのため、がんに関患した従業員の支援が重要です。

## ◎就労継続支援

治療と仕事の両立を実現するためには、治療の継続や適切な生活習慣の維持など、従業員自身による取り組みはもちろんのこと、治療の状況に応じた就業上の措置や配慮など、企業における対応や、上司・同僚の理解・協力も必要となります。そのため、企業内外の関係者が連携して対応することが重要です。



※「就業上の措置」は、就労者の実情を考慮し、就業場所の変更、作業の転換、労働時間の短縮、深夜業などの回数減少などの措置を行うこと。  
出典：厚生労働省「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」

## ◎両立支援コーディネーター

働く人（患者）が治療と仕事を両立するために、本人とその関係者（家族・主治医・職場など）の間を取り持ち、情報共有や連携を図ります。まずはがん相談支援センターに相談してみてください。

## ◎就労継続のためにがん就労者と上司などが共有したい情報

- 例**
- 現在の症状
  - 入院や通院治療の必要性とその期間
  - 治療の内容、スケジュール（頻度など）
  - 通勤や仕事に影響する症状や副作用の有無・症状
  - できる仕事・できない仕事（時間外労働・出張など）
  - 職場の協力や理解を得たいこと（通院時間や休憩場所の確保など）
  - 緊急時の対応方法 など





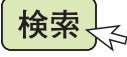

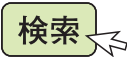


### 治療と仕事の両立支援ナビ（厚生労働省）

事業者の方、支援を受けて働く方や医療機関・支援機関の方にとって役立つ情報の提供を行っているポータルサイトです。企業の取組事例も紹介されています。



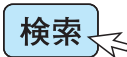

# ① がんと仕事に関する相談



施設・検索名称	内 容	二次元コード・連絡先等
公益財団法人 日本対がん協会	社会保険労務士による「がんと就労」電話相談 予約制、相談無料、1人40分 申込：予約専用フォームより申込み	検索 
一般社団法人 CSR プロジェクト	「就労セカンドオピニオン～電話で相談・ほっとコール～」 がん治療による経済的な不安や雇用継続への不安などを 経験豊かな社会保険労務士、産業カウンセラー、 キャリアコンサルタント、ソーシャルワーカーに相談で きます。 第1土曜日 13:00～14:30 火・水曜日(不定期) 19:00～20:30 予約制、相談無料、1人40分 申込：フォームより申込み	検索 
ハローワーク 「長期療養者(がん患者等) 就職支援事業」	がん、肝炎等により長期療養(経過観察・通院等)が 必要な方へ就職支援相談員を配置。 がん診療拠点病院等と連携し、個々の希望や治療状 況を踏まえた職業相談、職業紹介を実施しています。 *障害がある方の窓口は、各ハローワークにあります。 【ハローワーク飯田橋】 専門援助第1部門(長期療養者担当) 電話03-3812-8609 部門コード(43#) 【ハローワーク品川】 電話03-5419-8609	検索 
東京産業保健 総合支援センター (東京さんぽセンター)	治療と仕事の両立支援に関する相談や個別調整支 援などを実施しています。 【東京産業保健総合支援センター】 電話03-5211-4480 平日(月～金曜・祝祭日を除く) 13:30～16:30 【東京労災病院】(両立支援相談窓口) 電話03-6423-2277 平日(月～金曜・祝祭日を除く) 8:15～12:00	●東京産業保健総合 支援センター  検索  ●東京労災病院  検索 
東京労働局 総合労働相談コーナー	専門の相談員に労働条件や解雇、採用など労働問題 に関するあらゆる分野について電話あるいは面談で相 談できます。 (相談先) 勤務地の所在地を管轄する労働局・労働基準 監督署に設置された総合労働相談コーナー	検索 
東京都社会保険労務士会	労務管理の専門家である社会保険労務士に労働条件、解 雇、雇止め、配置転換、休職・復職などの相談が行えます。 【労務士110番】 電話相談 電話03-5289-8844 毎週月・水曜日 10:00～16:00 【総合労働相談所】 面接相談(事前予約制) 電話03-5289-8833 毎週火・木曜日/第1・第3土曜日 10:00～16:00	検索 

## ② 医療費・生活費など



施設・検索名称	内 容	二次元コード・連絡先等
品川区 介護・在宅医療・ 障害福祉情報	品川区の介護保険サービス、かかりつけ医、訪問看護ステーション、身体障害者手帳、障害年金などに関する情報について知ることができます。	 
高額療養費の貸付	<p>医療機関で支払った額が一定額を超えた方に、資金を無利子、無保証人でお貸しします。</p> <p>[貸付条件] ①品川区の国民健康保険に加入しており、区内に3か月以上居住していること ②前年度所得金額が500万円以下</p> <p>[貸付額] 支払った医療費のうち、高額療養費の9割をお貸しします。</p> <p>[返済方法] 高額療養費を貸付金の返済にあて清算します。詳しくは右記へお問合せください。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区生活福祉課 保護事務係 電話03-5742-6713 FAX03-5742-6798 ●平日(月～金曜) 8:30～17:00</li> </ul>
各種資金の貸付	生活福祉資金等の資金の貸付を行っています。貸付を受けるにはいくつかの要件があります。詳しくは右記へお問合せください。(予約制)	<ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区社会福祉協議会 電話03-5718-7171 FAX03-5718-7170 ●平日(月～金曜) 9:00～12:00、 13:00～17:00</li> </ul>
生活困窮者	仕事や健康などで生活にお困りのときは、ご相談ください。状況に応じた相談支援を行います。詳しくは、右記までお問合せください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区暮らし・しごと 応援センター 電話03-5742-9117 FAX03-5742-6798 ●平日(月～金曜) 9:00～12:00、 13:00～17:00</li> </ul>
生活保護	病気で仕事ができない、収入が途絶えたり、減少したなど様々な理由で生活が苦しい場合に、利用できる制度です。生活保護を受けるにはいくつかの要件があります。詳しくは、右記へお問合せください。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区生活福祉課 相談係 電話03-5742-6714 FAX03-5742-6798 ●平日(月～金曜) 8:30～17:00</li> </ul>
傷病手当金	会社員や公務員が病気やけがで働けなくなったときに、給与の2/3程度が保証される制度です。健康保険や共済独自のもので、支給には条件があります。健康保険の任意継続制度利用者や、国民健康保険の被保険者などは対象外です。	<ul style="list-style-type: none"> <li>●協会けんぽ</li> <li>●健康保険組合担当窓口</li> <li>●勤務先の担当窓口</li> </ul>

施設・検索名称	内 容	二次元コード・連絡先等
<b>非自発的失業者に係る 国民健康保険料軽減に ついて</b>	<p>雇用保険の一般被保険者が非自発的に失業（失業時に64歳までの方）した場合に、「雇用保険受給資格者証」（「雇用保険受給資格通知」）で要件を確認し、保険料を軽減できる場合があります。詳しくは右記へお問合せください。</p>	<p><b>【減額や免除について】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区国保医療年金課 資格係 電話03-5742-6676 FAX03-5742-6876</li> <li>●平日(月～金曜) 8:30～17:00</li> <li>●火曜日のみ 8:30～19:00</li> <li>●日曜開庁対応 8:30～17:00</li> </ul>
<b>国民健康保険料の 支払い</b>	<p>天災、失業などで保険料を納めることが困難になったときは納付の相談ができます。また、減額や免除をすることができる場合があります。詳しくは右記へお問合せください。</p>	<p><b>【納付の相談について】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区国保医療年金課 整理係 電話03-5742-6679 FAX03-5742-6876</li> </ul> <p>(但し、納付の相談に関しては、日曜開庁時にはお取り扱いできません)</p>
<b>高額療養費の支給等</b>	<p>病気やけがで医療機関にかかり、ひと月の医療費の一部負担金（自己負担額）が自己負担限度額を超えたときは申請により高額療養費が支給されます。</p> <p>品川区国民健康保険に加入の支給該当世帯には世帯主に申請書を送付します。</p>	<p><b>【品川区の国民健康保険に加入の方】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区国保医療年金課 給付係 品川区広町2-1-36 電話03-5742-6677 FAX03-5742-6876</li> <li>●平日(月～金曜) 8:30～17:00</li> <li>●火曜日のみ 8:30～19:00</li> </ul>
<b>「限度額適用認定証」 「限度額適用・標準負担 額減額認定証」の交付</b>	<p><b>【事前に医療費が高額になることがわかった場合】</b></p> <p>医療機関等の窓口で保険診療の一部負担金（自己負担額）を自己負担限度額までにする制度です。</p> <p>マイナ保険証をお持ちの方は、マイナ保険証を提示し、高額療養費制度の利用に同意されると、窓口での一部負担金が自己負担限度額までになりますので、認定証の事前申請は不要です。</p> <p>マイナ保険証をお持ちでない方は加入されている保険者に申請して認定証の交付を受け医療機関等に提示してください。</p>	<p><b>【健康保険協会・組合、国民健康保険組合、共済組合、船員保険に加入の方】</b> 各保険者へご確認ください。</p>
<b>国民年金保険料の支払い</b>	<p>収入の減少や失業などで保険料を納めることが困難になったときは、免除や猶予を受けられる場合があります。詳しくは右記へお問合わせください。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●品川区国保医療年金課 国民年金係 電話03-5742-6683 FAX03-5742-6876</li> <li>●平日(月～金曜) 8:30～17:00</li> <li>●火曜日のみ 8:30～19:00</li> </ul>
<b>障害年金の請求</b>	<p>病気やけがによって生活や仕事などが制限されるようになった場合に、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。初めて医師の診察を受けたときに国民年金に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金」が請求できます。障害厚生年金については、日本年金機構品川年金事務所にお問合わせください。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●日本年金機構 品川年金事務所 電話03-3494-7831</li> <li>●平日(月～金曜) 8:30～17:15</li> <li>●月曜日のみ 8:30～19:00</li> </ul>
<b>確定申告による医療費 控除</b>	<p>同一年に自身や生計をともにする配偶者・その他親族のために支払った医療費が一定金額を超えると、納めた税金のうち一部が還付されます。確定申告を行った納税者が対象です。</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●所轄税務署の担当窓口</li> </ul>

\* 品川区ホームページから、詳細をご覧ください。

### ③ 在宅療養・緩和ケアのこと

施設・検索名称	内 容	二次元コード・連絡先等
療養生活全般の相談	<p>地域の保健センター保健師がご相談に応じています。 いずれも平日(月～金曜) 8:30～17:00</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●品川保健センター 電話03-3474-2904</li> <li>●大井保健センター 電話03-3772-2666</li> <li>●荏原保健センター 電話03-5487-1311</li> </ul>	<p>検索 </p>
アピアランスケア	<p>ウィッグ(かつら)や胸部補正具の購入等費用の一部を助成します。</p> <p>がん治療による見た目の変化は気持ちがふさぐものです。アピアランスケアにより、「治療中も自分らしく過ごしたい。」「できるだけがん治療していることを知られたくない。」「周りの目が気にならなくなった。」と少しでも自分らしさを持てることも大切です。『がん相談支援センター』(表紙参照)で相談できます。</p> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 10px; margin-top: 10px;"> <p><b>●アピアランス(外見)ケアとは?</b></p> <p>「医学的・整容的・心理社会的支援を用いて、外見の変化を補完し、外見の変化に起因するがん患者の苦痛を軽減するケア」と定義されています。治療を継続しながら、自分らしく社会生活を送るため、治療に伴う外見変化に対する支援の重要性が高まっています。ウィッグ、メイク、ネイル、スキンケア、胸部補装具(ノンワイヤーブラジャー、シリコンパッド等)等があります。</p> <div style="text-align: center;">  </div> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>●購入費用助成</li> </ul> <p>検索 </p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●がん相談支援センター</li> </ul> <p>検索 </p>
緩和ケアの情報	<p>緩和ケアは、がんに伴う心と体のつらさを和らげるためのもので、がんと診断されたときから始まります。</p> <p>がんの症状や治療のことだけでなく、仕事や家庭、将来の不安などのつらさも緩和ケアの対象です。</p>	<p>①緩和ケア .net</p> <p>検索 </p> <p>②緩和ケア病棟のある病院を探す (緩和ケア .net)</p> <p>検索 </p>

# 療養生活のヒント

## 自分の状況を把握する

他人への説明や、質問・相談がしやすくなります。

→ P2の①参照

## ワークスタイルは人それぞれ

まずは就業規則を確認！  
会社とは、負担のない方法で  
接点を保ちましょう。

→ P2の③、P3参照



## 一人で抱え込まないで！

辛さは我慢せず、相談してください。  
状況を客観的にみることができます。

相談先… → 表紙、P2の②、P7参照

- 主治医や看護師
- 家族や友人
- 保健師などの専門職
- がん相談支援センター など



## 患者同士のかかわりが“力”に

実体験に基づく話を聞けたり、気軽に自分の話をできる場があります。  
仲間存在に救われることも  
あるでしょう。

- ピアサポーター
- 患者会
- がんサロン

で調べてみましょう。 → P2の②参照



発行年 令和7(2025)年10月  
発行 品川区健康推進部健康課 〒140-8715 品川区広町2-1-36  
電話03-5742-6743 FAX 03-5742-6883