



がん と 就労

前回の『びいあらいぶ』9月3回号でお伝えしたように、がんは現在、通院で治療するケースが多く、入院して1週間で退院となることも珍しくありません。体調には個人差や日によって波がありますが、多くのがん患者が“働ける”状態にあります。

桜井さんによれば「社会とのつながりを保つため、仕事を継続した方がよい」ということですが、実際はどうなのでしょう。前回に引き続き、桜井さんにお尋ねします。



桜井なおみさん
がん・ソリューションズ(株)
代表取締役社長
一般社団法人CSRプロジェクト
代表理事

コンサルティング会社に勤務していた2004年、乳がんが見つかり、治療しながら仕事を継続することを決断。「がん治療」「仕事」を両立することの難しさを経験したことから、がん・ソリューションズ(株)を立ち上げ、がん患者の就労と企業をつなぐ取り組みを行う。

✓ がんになっても働ける。 すぐに仕事は辞めないで

抗がん剤で強い吐き気があり、働くなんてあり得ない…といったがん治療のイメージはもう20年以上前のこと。吐き気を抑える薬が進歩し、体調が悪くて働けないときはあるものの、個人差はありますが、「支持療法※」はかなりよくなりました。

「私の場合は治療日当日は辛かったのですが、翌日以降は回復してきました。家の中でやることがなかったのが、気持ちがとても落ち込みましたね。当時、働き盛りでしたから、むしろそっちの方が辛かった」

がん患者は体や治療の痛みもさることながら、仕事を辞め、「社会からの断絶」を感じることで心の痛みも大きい。仕事を継続することは、「がんのことを忘れる時間を作れたり、生き甲斐につながることもあります」と桜井さんは言います。

※支持療法…がんの治療に伴う副作用や合併症、後遺症などの症状を軽減し、生活の質(QOL)を維持・向上するための予防、治療、およびケアのこと。(出典:国立がん研究センター「がん情報サービス」)

🌀 がん治療と仕事の両立には さまざまな課題が

とはいえ、これまでとまったく同じように働けるとは限りません。桜井さんは乳がんの診断から8カ月後に元の職場へ復帰したものの、リンパ節を取った影響があり、午後はマウス操作ができなくなったそう。本人と職場が密にコミュニケーションを取り、仕事のスタイルを構築していかなければなりませんが、現実にはなかなか理解を得るのは難しいようです。「がんになった従業員は治療に専念、イコール辞めると考える雇用者も珍しくありません。患者に配慮しているのもわかるのですが…。非正規雇用者だと、離職率はぐんと高くなってしまう」





診断後は頭が真っ白… その次に浮かんだのは「お金と仕事」

がんになったら考えなければならないことは多く、家族や親しい方への伝え方や、今後の治療費のことなどが重要そうに思えます。そうした中で仕事について気が回るのでしょうか？



「私はまず頭が真っ白になりました。続いてすぐに来週の会議どうしよう？ あの件は誰に頼んだらいいかな？ って、次々と仕事のことがばかり考えてしまいました」。入院や外来など、治療のために仕事を休むのは避けられません。その都度、周りに迷惑をかけている、働くことにストレスを感じるなど、申し訳なさから退職を選ぶ人も多いです。



医師の説明を人事へ正しく伝える。 “翻訳”が多様な働き方へとつながる

従業員も雇用側も望んでいない退職は、社会にとって大きな損失だと桜井さんは指摘します。「がん治療は大きな出来事ではありますが、それまで仕事で培ってきた能力がまったく失われるわけじゃないんです。人事の担当の方は、まず休み方ではなくて、『**こういう働き方があるよ**』と、投げかけてみてほしい」



多くの企業には、がんに限らず病気になった際の通院治療、職場復帰をサポートする制度がありますが、従業員に知られていないことが多いそう。個人差が大きいので、その差に応じて、制度を運用することが大切です。「**会社からの配慮を得ながら仕事をする場合は、情報共有が大切です**。医師から受けた説明を、従業員の方から人事担当へ誤解なく伝えること。お医者さんは職場のことはわからないし、人事担当はがんのことはわからない。上手に翻訳できるように、この点はがんばって。お医者さんには就労状況をいっぱい伝えるといいですよ。**職場にはできること、できないこと、がんばればできることを具体的に伝えてみてください**」

リモートワークやオンライン会議など、コロナ禍を経て一気に働き方が多様化した現在、企業が対応できることは少なくないはずです。



がん患者の従業員が 周りにもたらす効果



がんになった従業員の雇用を続けるのは、企業にとってもよいことだと桜井さんは話します。

「**なんといっても新たな視点が得られる**ことで

すね。自社の商品・サービスは、がん患者になったことで、何か改善点が見えてきます。例えばホテルの設計に関わったケースでは、こんなことがありました。高級なホテルのじゅうたんってふっかふかでしょう。でもこれ、がんで弱った体には転びそうで怖いんです。それで毛足の短いじゅうたんに変えました。こうした配慮は、がん患者だけでなくシニアや障がい者など、多くの人に当てはまりますよね」

また、実際に従業員ががんになり、サポートをした実績のある企業は、社内の風通しがよくなるといいます。「働き方に限らず、ライフスタイルも人そのものも多様化していますが、『いま、ピンチです!』って言えて、職場が対応したら、もう何でも話せるようになるそうです。**当人だけでなく周りのスタッフにもよい影響**があって、**コミュニケーションが活発**になりますね」。非正規雇用の方が職場を去る場合でも、しっかり打ち明けて戻る意思表示をしておくことが大切です。「がんは怖い病気なのは確かだけれど、だからといって自分らしさを手離さないで。仕事はご自身にとって大きなもののはず。そこに、**新たな経験が加わったと**考えて、**自分自身をアップデートしてください**」



桜井さんの取り組みのひとつ **WorkCAN's がんアワード2026**



※WorkCAN's…Work＝働く、Cancer＝がん、Can＝可能性の意味が込められた“働くがんサバイバー”のこと。桜井さんが代表理事を務める一般社団法人CSRプロジェクトを中心に、志を共にする複数社で立ち上げた取り組みのこと。

桜井さんがコアメンバーとして名を連ねるWorkCAN's※が、「WorkCAN's がんアワード」を創設。働く当事者が自身のキャリアをあきらめることなく仕事を続けていける職場環境と組織文化を評価・顕彰することが目的です。10月15日まで応募を受け付けており、表彰式が11月30日に行われる予定です。

WorkCAN'sの立ち上げ当初から参加するサッポロビール株式会社では、がんサバイバーとともにビールを開発するなど、精力的に活動。社内においても「企業内がんコミュニティ立ち上げ・運営ガイドブッ

ク」を作成、公開し、一緒に働く組織作りに努めています。

11月6日から配信を開始する動画では、同社の取り組みを紹介しています。詳しくは3ページをご覧ください。



サッポロビールでは、がんサバイバーとともに「生きている喜びを心から実感できるビール」をコンセプトにしたビールの開発に着手し、2022年商品化しました。



どなたでも
視聴できます！

2026年度がんに関する啓発アクション

You Tube 動画 配信企画



テーマ

治療と仕事：両立のリアル

～誰もが、いきいきと働き続けられる社会へ～

司会には岸田徹氏、ゲストには、就労支援の先進的な取り組みで知られるサッポロビール(株)より、村本高史氏や倉園美弥氏をお迎えし「がんと就労」の課題に対する現状や、両立に向けた具体的なヒントを2部構成でお届けします。

第1部 トークセッション

がん罹患者の体験から
「がんと就労」について知る

第2部 パネルディカッション

「がんと就労」の現状、
先進事例から学ぶ・考える



司会

NPO法人がんノート 代表理事
岸田徹さん

視聴方法
案内

右の二次元コードを読み込む
or URLをクリック！▼



https://www.palsystem-kyosai.coop/information/20261001_cancer.html

配信
期間

2026年

11月6日 金

2027年

3月31日 水

2026年5月3回『びいあらいぶ』

アンケート報告

テーマ 「がん治療と就労」に関する質問の募集

2026年度がんに関する啓発アクション企画に際し、2026年5月3回の『びいあらいぶ』では「がん治療と就労」に関する質問を募集。20～80代と、幅広い年代の方々から声が寄せられ、年代別によって関心の高いポイントが異なる結果となりました。集まった質問は合計で315件。そのうち、代表的な質問を、桜井なおみさんに答えてもらいました。

年代別
関心が高い
テーマ

20～30代

- ・仕事と治療の両立
- ・復職への不安
- ・周囲との接し方

40代

- ・制度、環境への要望
- ・家族への伝え方
- ・罹患者の体験談

50代

- ・職場への伝え方
- ・就労形態の種類
- ・経済、保障の不安

60代

- ・制度、環境への要望
- ・経済的な不安
- ・心のケアサポート

70～80代

- ・生活の不安
- ・治療の内容
- ・受け入れる心構え

若い年代では、労働環境や制度の関心が高く、罹患しても就労への意欲が高いことがわかります。また、年齢層が高くなるにつれ、経済的、精神的不安に関する声が増える傾向に。家族や職場仲間などの罹患者に対するサポートへの関心は、どの年代でも一定量の声が寄せられる結果となりました。

20～30代
Q

飲食業や販売業など通勤や出社が必要な仕事でも
治療しながら働くことはできるの？

治療内容やからだの症状によって異なるので、主治医の先生に自分の働き方をしっかり伝えて、まずは助言をもらいましょう。今は職場と病院との間で情報共有をする仕組みもありますので、そうした仕組みを活用するとよいでしょう

40代
Q

パートや自営業の人が、
治療と仕事を両立できる方法はあるの？

パートや自営業の方は、通院と仕事を両立させやすいと言われますが、そのぶん、減収への社会保障に欠けることや、クライアントとの信頼関係に影響すること。いざというときに仕事の一部を委託できる仲間や、自分のチームをつくっておくとよいでしょう

50代
Q

職場へ伝える範囲、タイミングやコツ、
周りに言いたくない場合の休み方が知りたい。

「職場」と言っても、上司や同僚、人事、クライアントなど、微妙に関係は違います。病名や病状なのか、治療内容なのか「何をだれになら共有してよいのか」の整理が大切。配慮を得たいタイミングや内容を定めてから伝えることがポイントだと思います

60代以上
Q

病を抱えながら働くなかで、
日常で心掛けるべき、大切なことは？

「お互いさま」の気持ちをみんながもてる、日ごろのコミュニケーションが大事です。出社したら「おはようございます」、助けてもらったら「ありがとう」と言う。そんな積み重ねが、病気に限らず、互いに助け合える風土につながるのではないのでしょうか



Information

パルシステムは **ピンクリボン運動** を応援しています パルシステム共済連で取り扱っている保障商品の紹介！

病气やケガへの備え



CO-OP 共済

たすけあい



ご存じですか？

大人向け2000円コース(女性)

月掛金:2,000円 加入できる年齢(発効日時点):満20歳～満64歳

女性に多い病气入院の原因と平均入院日数

入院の原因となった病气	平均入院日数
異常妊娠・異常分娩	8.0日
乳がん	7.7日
帝王切開	8.8日

▲2024年3月21日～2025年3月20日
《たすけあい》共済金お支払いデータより

大人向けコース(女性)なら、**「がん」の入院・手術も保障します。**

- 入院日額 **8,000円**※1
- 入院は**1日目～184日分**を保障！

※1 入院日額は女性入院時諸費用サポートの金額を含みます。
※詳しくは商品パンフレットをご覧ください。

資料の注文番号はこちら！ 注文番号 **135046**

ネット加入はこちら！ https://www.palsystem-kyosai.coop/special/lp_information.html

お問合せ **コープ共済センター TEL 0120-50-9431** 受付時間 9:00～18:00(月～土、祝日含む)

CO・OP共済は個人情報をお大切に、個人情報保護法を守ります。パルシステム共済連の個人情報の取り扱いについてはホームページでご確認ください。【CO・OP共済ニュース】(CO・OP共済に加入するには) 出資金をお支払いいただき、お近くの生協の組合員になることが必要です。生活協同組合(生協)は、お店や宅配などでくらしに貢献しています。

契約引受団体 パルシステム共済生活協同組合連合会 / 日本コープ共済生活協同組合連合会

保険 **パルシステムの組合員なら、**集団取扱適用で保険料が割安！****

集団扱



保障と相談サポートで

あなたによりそう
がん保険
ミライト

- 組合員のために生協が**アフラック**と作った**生協オリジナルプラン！**
- 幅広くがんに備え、**お一人おひとりに合わせた保障**を選択可能！
- **がん・上皮内新生物と診断されたら、それ以降保険料が免除になります！** ※プレミアムプランの場合

お申込は0歳～満85歳 ※ご契約内容により異なります

詳しくはこちら！

<https://www.palsystem-kyosai.coop/examine/products/days/> 資料請求はこちら **134961**

お申し込み **募集代理店 パルシステム共済生活協同組合連合会 保険事業部** **TEL 0120-201-357** 営業時間 9:00～17:30(日曜を除く)
〒169-0072 東京都新宿区大久保2-2-6 ラクアス東新宿6F

引受保険会社 アフラック広域法人営業部
〒163-0456 東京都新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル20階
TEL: 03-6367-3690

●資料請求いただいたお客様の個人情報の利用目的は、弊会が委託を受けている保険会社の各種商品やサービスの案内・提供・維持管理となります。また、記載の保険会社の各種商品やサービスの案内等のために、弊会およびパルシステムグループがその提携先である保険会社の代理店と共同して対応する際には、個人情報提供が当該代理店に提供されることにつきご了承ください。●商品の詳細は「契約概要」等をご確認ください。※この商品は**生命保険であり、共済ではありません。** AF277-2026-0198 8月10日(280810)

詳しい資料の請求はコチラ https://web2.mm.pal-system.co.jp/form/pub/kyosai/kyosai_hoken_shiryo
※パルシステム共済連で取り扱いの他の保障商品も合わせて請求できます。

アンケートにご協力ください

パルシステム共済連のホームページでは、『パルシステム共済連通信～びいあらいぶ～』に関するアンケートを実施中です。お答えいただいた方にはもちろん10ポイント進呈！ぜひご協力ください。

<https://web2.mm.pal-system.co.jp/form/pub/com/bealive261001>

※アンケート回答には**オンラインパルへの登録とログインが必要です。**



パルシステムの保障

検索



アンケート実施期間
10/1(木)～10/18(日)

- ★トップ画面の「新着ニュース」からアンケートに回答いただけます。
- ★ポイント付与状況はお届け明細書でご確認ください(回答締め切り日から2～3週間ほどお時間をいただきます)。

パルシステムポイント
10
ポイント
進呈

助成団体へのメッセージ
&『びいあらいぶ』の感想募集！

- 1 右側の宛名部分と記入用紙を点線にそって切り取ります。
- 2 お手持ちの封筒に宛名部分をしっかりとのり付けてください。封筒は郵送に差し支えないものであればどのようなものでもお使いいただけます。(最大サイズ120×235mmまで)
- 3 切り取った記入用紙に助成団体へのメッセージや今回の『びいあらいぶ』の感想をご記入のうえ、宛名を貼った封筒の中に入れて投函してください。

注意点

記入用紙にある組合員番号、お名前、ご住所、電話番号を必ずご記入ください。正確にご記入いただけない場合や提出期限が過ぎている場合はポイントが付与されないことがありますのでご注意ください。切手は貼らずに投函してください。

※記入いただいた個人情報は、パルシステム共済連の個人情報保護方針のもと管理し、ポイント付与時のご本人確認以外には使用しません。

切手不要！



169-8790

131

受取人

東京都新宿区大久保2-2-6
ラクアス東新宿6階

パルシステム
共済生活協同組合連合会

びいあらいぶ編集委員会
事務局 行

新着北局
承認
4274

差出有効期間
2027年6月14日
まで

定形



団体へのメッセージ&『びいあらいぶ』の感想
記入用紙



下記を必ずご記入ください。正確にご記入いただけないとポイント付与できない場合があります。

ポイント付与提出期限 **2026年10月18日消印有効**

組合員番号

フリガナ
お名前

ご住所 (〒)

電話番号

ありがとうの
バトン

パルシステム共済連「ささえあい基金」助成金をうけた団体から届いた、自分たちの活動や助成金への思いを紹介しします。紹介団体への応援メッセージ受付中！Webでのアンケートやページ下の感想記入用紙を使ってお寄せください。

チャイルドラインにいがた(新潟県)

私たちがめざしているのは「子どものこころの居場所」づくり。電話などの通信サービスを活用した「チャイルドライン」を通じ、子どもの声をきく活動に取り組んでいます。メンバーの全員が完全無給のボランティアで、8割が女性です。公認心理士をはじめ、スクールカウンセラーや子ども支援職、看護師、一般企業に勤める方、子育て中のママや、孫のお世話をしている方など、子どものために善意で集まった仲間が構成されています。



子どもが周りの目を気にせず話せるように、メンバーはチャイルドラインをしていることを口外せず、肅々と活動しています。活動のための資金を得ることが得意ではありませんでしたが「ささえあい基金」助成金でノートPCを購入することができ、念願だったオンラインチャットの導入が叶いました。「電話よりもチャットの方が話しやすい」と言う子どもも多く、誰にも言えなかったことを文字で伝えてくれます。長いときは1時間ぐらいチャットのやり取りがあります。助成金は「活動を認めてもらい、

応援してもらっている」という私たちの心の支援となり、勇気が湧きました。今後は子どもの声を社会に届ける活動にも力を入れていきたいと考えています。これからも応援よろしく願います。ご支援ありがとうございました。



●ささえあい基金(共済事業での地域づくり支援制度)

生活困窮者や社会的孤立者への支援活動等を行う市民団体やNPOへの助成金制度です。2025年度(2026年度の活動)は16団体に計1,000万円の助成を決定しました。※助成金は組合員からお預かりしたCO・OP共済《たすけあい》の掛金から生まれた剰余金の一部を活用し、組合員理事・有識者を交えた審査会を経て理事会で承認され使用します。

<https://www.palsystem-kyosai.coop/organization/kyousairen/csr/sasaesai/?anclink=arigatou>



パルシステム共済連ホームページ

「家族の健康レシピ」

パルシステム共済連のホームページでは、毎月、季節に合わせた“健康”に関するコラムと、管理栄養士がおすすめする旬の食材を使ったレシピを紹介しています。

10月は「白こま×美肌」、11月は「のり×のどの不調」がテーマ。バックナンバーも見られますので、ぜひチェックしてみてください。

※テーマは変更になる場合があります。

<https://www.palsystem-kyosai.coop/navi/>



パルシステム 健康おうえんナビ

検索



情報が
いっぱい！

