

治療と仕事の両立支援

つむかぎワーカー・インタビュー集

2020年4月掲載

☆彡沖縄県で治療をしながら仕事を続けている方々のインタビューをご紹介します。

【第2回】

☆彡つむかぎは沖縄離島
宮古島の方言で「優しい」



～ひとりで抱え込まず、

相談出来る場所がある、相談出来る人がいる～



☆彡 沖縄県内在住 Yさん 40代 女性 ☆彡 職業：学生支援員

Q 病気の経過や治療方法など教えてください？

Yさん：

【卵巣がんについて】

2011 年 1 月：子宮頸がん検診で卵巣腫瘍の疑いで紹介状が出る

2011 年 4 月：A 病院 境界型悪性腫瘍と診断されるが経過観察

2011 年 8 月：A 病院 卵巣がんと診断される（初旬）

2011 年 8 月：A 病院 右卵巣および附属器摘出手術（中旬）

入院は 1 週間、自宅療養は 2 週間で、9 月中旬に職場復帰

【子宮体がんについて】

2011 年 10 月：A 病院（総合病院）卵巣がんの経過観察の中で子宮体がんが見つかり、標準治療の子宮全摘出および左卵巣と附属器の摘出を勧められる。

2011 年 11 月：B 病院（総合病院）セカンドオピニオンを受ける。A 病院から持参した資料に不備がある（右卵巣摘出前の画像で子宮体がん発覚前のものだった）にも関わらず「A 病院の医師が全摘というなら全摘なんじゃない？」といわれる。あまりの対応の冷たさにショックを受けつつ、それでも判断材料を集めたくてどう質問しようかと考えていると「もういいですか？」と一方的に切り上げられる。呆然としながら診察室を出たが、それを見ていた看護師のフォローはなかった。

2011 年 12 月：C 病院（総合病院） サードオピニオンを受ける。「子宮を残せる可能性があるのか、まずは検査してみましょう」といわれ、子宮内膜搔爬術を受ける。→ 検査の結果、がんの段階（Stage）、腫瘍の顔つき（Grade）、薬の効きやすさ（ホルモンレセプター）、強い拳児希望（※）があるかの 4 つがクリアできたため、妊孕性を温存する M P A 療法を開始。その際、主治医からは子宮を残すことによるリスクの説明を受け、「M P A 療法は標準治療から逸脱した治療。再発したら今度は子宮全摘だからね」と念を押される。

※拳児希望：出産を望むことです。

2012 年 7 月：C 病院 6 か月のホルモン剤服用と 2 か月に一度の子宮内膜搔爬を 計 3 回受け、寛解に到る。→ その後、主治医からは「できるだけ早く妊娠を」といわれたものの、同時期に母のがん再発が発覚。抗がん剤治療が始まり、そのサポートを優先するため、妊活は保留に。その間も 2 か月に一度、経過観察を受け続ける。

※ 2013 年 7 月 母が死去する。

2013 年 10 月：C 病院 子宮体がんが再発。主治医からは強く子宮全摘を勧められるも、母のことや妊活できなかった事情を話し、まだ子宮を残したいと願います。→ 「次はないよ」といわれ二度目の M P A 療法へ。

2014 年 6 月：C 病院 二度目の寛解。ここから同病院の不妊外来へ繋いでもらい、不妊治療デビュー。→ 人工授精・体外受精を経験したが授からず。その間も子宮体がんの経過観察を並行して受ける。C 病院に不満はなく、主治医にもよくしてもらっていたが、職場が変わったのを機に通院しやすい 2018 年 6 月に D 病院へ転院。

2018 年 7 月：D 病院（不妊専門クリニック）不妊治療と並行して子宮体がんの検査（細胞診・組織診）を受けるがすぐに再々発の疑いがかかり、C 病院へ戻ることに。

2018 年 8 月：C 病院 検査の結果、子宮内膜異型増殖症と診断される。これは子宮体がんの前段階ではあるが、再々発と同意義だと説明を受け、今回はさすがに…と子宮全摘出を強く強く勧められる。

→ まだ不妊治療への未練があり、婦人科の主治医だけでなく、不妊外来の主治医とも面談してその思いを話し、三度目の M P A 療法へ。

2019 年 4 月：C 病院 三度目の寛解。

2019 年 5 月：D 病院 不妊治療を再開。

2020 年 2 月現在 経過観察を続けながら不妊治療を続行中。今年中に不妊治療に区切りをつけることができた
ら、子宮全摘出手術を受けるつもりでいる。

※ この文章を読んでもくださっている方にご注意いただきたいこと

「子宮を温存する」という私の経過は標準治療を大きく外れたケースで、誰にでも当てはまるわけではないことをご理解ください。私自身、その後の治療が大変になるリスク（すぐに摘出すれば抗がん剤治療はないけど、温存したことで病状が悪化した場合、抗がん剤治療が必要になることもあるなど）をふまえて決断しています。「私は温存できたからあなたも大丈夫だよ」とはいえません。それでも、自分に残された妊娠・出産できる可能性、そのための治療方法があること、それに伴うリスクなどを主治医からきちんと説明を受け、家族や交際相手とも相談したうえで選択できたことは納得のいく治療につながっていると私自身は実感しています。その事例としてお伝えしました。

～病気が発覚した時の状況やその後の経過～

Q 病気が発覚した時に不安だったことや心配だったことは？

Yさん：早期発見で自覚症状もほとんどなかったので「自分の身に起きたこと」という実感が本当に薄く、不安や心配はほとんど感じませんでした。私が罹患する5～6年前から母が胸腺がんを患い、再発なども乗り越えながら職場復帰を果たしていました。そんな母を支えてきたので「がん＝死」という認識を持っていなかったことも大きいと思います。

不安・心配ではないのですが、こうして振り返ってみてひとつだけ「怒り」があったことを思い出しました。A病院・C病院・D病院、どちらの先生も私の疑問や質問にいていねいに答えてくれたし、子宮を残したいという私の思いに懸命に向き合ってくれました。私は主治医に恵まれているなど今でも感謝しています。ただ、セカンドオピニオンで訪れたB病院の医師と看護師の不誠実な対応は今思い出しても本当に腹立たしく、悔しい気持ちになります。でも、もともと私は「子宮を残したい」というよりも「取るしかないんだ」と覚悟を決めるためにセカンドオピニオンを受けていました。B病院がひどい対応をしてくれたおかげで「こんな診断で腹が括れるか！」と憤ったことがC病院でサードオピニオンを受けることにつながりました。

あのとき子宮全摘を決めていたら…と思うとぞっとします。今ではB病院に対して「心ない対応をしてくれてありがとう！」と皮肉を込めてそう思います。

Q 告知の時の状況を教えてください。誰に相談しましたか？

Yさん：「悪性の卵巣腫瘍がある」という告知は本当にあっさりでした。 ドラマのような「ご家族を呼んでください」とかなかったです。でも「今日はひとりですか？」とはいわれたような…。主治医が「初期で見つかってよかった。この病気は初期では発覚しにくいから」といっていたので、ふわふわした気持ちで聞きつつ「がんけどよかった部分もあるのかー」とぼんやり思いました。

午前の診察のあと、午後からは派遣元の会社で会議の予定でした。実感もショックもなかったので休もうとは思わず、むしろ「行かなくちゃ。行って相談しなくちゃ」と思いました。会議終了後、すぐ担当者に相談しました。手術や術前検査の日も決まっていたので「お休みの相談をしなくては」という考えが真っ先にありました。担当者は女性で、当時 30 代の私のがんに罹患したことにとっても驚いた表情をしつつ、親身になって聞いてくれました（その後、子宮体がんのことで再度相談したときにセカンドオピニオンを勧めてくれたのもこの方でした）。

今思えば、すぐに誰かに話すことで頭を整理できたように思います。そのあと、交際相手に話しました。家族に話すまで（特に母には）少し時間がかかりましたが、妹・弟に先に伝え、最後に母に話しました。家族もとても驚いたと思いますが、冷静に受け止めてくれたので助かりました。医療従事者の妹が人脈を活かして、病院や治療法、薬などの情報をたくさん集めてくれたこともありがたかったです。母に話すときは病気の母に心配をかけてしまうことが申し訳なくて、母の顔を見ることができませんでした。

Q 仕事は続けようと思いましたが？仕事への気持ちはどうでしたか？

Yさん：派遣のような雇用形態で働いていたので、続けたいかどうかというよりも真っ先に「ああ、切られる（続けることはできない）だろうな」と思いました。

新しくその仕事に就いて半年ちょっと経ったあたりで、やりがいや職場への愛着はまだ薄かったのですが、仕事でやりたいことが見えてきたところだったので「これからって感じだったのにな…」と残念に思いました。

派遣元担当者は「それでは代替りの人を探します。復帰できたら次の仕事につながりますから、しっかり治してください」といってくれました。派遣元ですから派遣先に対する責任もありますし「代替りを探す」のは当然の対応なのでショックはありませんでした。

すると、派遣先担当者が「Yさんのポジションは設置したばかりでまだ本格稼働はしていないし、8月から9月にかけては閑散期なので業務に支障はないと思う。せっかく慣れてきたところだろうし、Yさんさえよければ復帰したら？」といってくれました。想定していない言葉だったのでとてもうれしかったです。

復帰したあと、この職場での業務提携の契約が終了するまで8年間お世話になりました。職場 に対する感謝の気持ちがあるので、仕事にもより真摯に向き合えたように思います。結果的に私の職業人生において1番長いキャリアとなりました。これはまぎれもなくあのときの派遣先・派遣元それぞれの担当者のおかげで、今でも本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

Q 病気の治療で休職・復職した時の状況を教えてください。

Yさん：（休職）手術・入院で1週間、その後の自宅療養で2週間、計3週間のお休みをいただきました。休職という形ではなかったと思いますが、まだ有給休暇が発生していなかったので欠勤扱いでした。
（復職）業務の閑散期だったので、ゆっくりしたペースで業務に戻ることができました。
フルタイムで復職しましたが、そんなにしんどさは感じませんでした。

病気の治療中に大変だったことを教えてください。

Yさん： 温存療法ではホルモン剤を服用するのですが、気分が悪くなったりだるくなったりといったことはほとんどありませんでした。その一方、副作用に書かれていたとおり、恐ろしいほど食欲が増し、体重がどんどん増えていくのはショックでした。

Q 病気の治療中に心の支えになったことを教えてください。

Yさん： 家族や交際相手の存在は本当に心強かったです。

「家」は、私が私のままでいられる場所でした。それは、私のがんになっても家族はなにも変わらないでいてくれたからです。もちろん体調などは気遣ってくれますが、これまでどおり普通にケンカや言い合いもしました。

交際相手については、彼がいなければ、そもそも子宮を残す選択肢さえ提示されなかったはずです。ただ、子宮は残せて不妊治療にもチャレンジできたものの、妊娠することはやはりむずかしく、このまま私が彼とつきあっていていいのか…と悩む部分は今でもあります。また、仕事を失わずに済んだので、復帰する場所があることも精神的には大きかったと思います。

それから、少し違う趣旨になるかもしれませんが、卵巣摘出手術の2週間後に沖縄で初開催となる福山雅治さんのライブが控えていました。このことは本当に入院中のリハビリや体調管理を頑張れるモチベーションでした。実は土曜・日曜の両日とも行くつもりで2日間のチケットを押さえていました。しかし「さすがに2日間は止めたら？」と周りから心配され、私自身も「野外公演だし、やっぱり無謀かな…」と思い、日曜公演だけ行くことにしました。土曜公演は一緒に行く予定だった友人たちが会場内を下見して、私が休めるポイントや動線をあらかじめ確認しておいてくれました。日曜公演は偶然にも妹が同じブロックのチケットだったので、日中の暑い中、妹が先に場所を確保してくれたおかげで、私はぎりぎりまで日陰で待機して、開演の少し前に着席することができました。友人や妹の協力のおかげで、身体の負担を最小限に抑えられ、ライブを思う存分楽しむことができました。帰宅後、母がほっとした顔をしていたことも印象的でした。

実は、卵巣摘出手術を受けた週の土曜日にはゆずのライブに行く予定でしたが、さすがに術後から日が浅いため、泣く泣くあきらめました（チケットを譲った友人に感想を聞くと「Yは行かなくて正解だったよ。きつとがまんできずに飛んだり跳ねたりして傷口が開いたはず(笑)」といわれました）。だからこそ、福山雅治ライブに行けたことは「大好きな福山雅治に初めて会えてうれしい！」と同時に「がんにはなったけど、これからまだまだ人生を楽しむことができるんだ」と実感できた貴重な経験でした。

病気になったことであきらめなくてはいけないこともあります、あきらめなくていいことだっていっぱいあるんですよね。

まだまだ人生を楽しむことが
出来るんだ！！



～現在の治療と仕事の両立について～

Q 現在の仕事の状況について教えてください。

Yさん：支援員として某県立高校にてフルタイムで勤務しています。教室とは違うみんなの居場所となるスペースで、教科を教える先生とも違う立場で勤務しています。心理的に教室に入ることができない生徒に対応したり、休憩時間に立ち寄ってくれる生徒とのたわいないおしゃべりで表情や様子を確認したり、「いざというときはいつでも話を聞くよ」というスタンスで、生徒たちが安心して過ごせる空間を提供することが主な業務です。生徒に向き合うためにも、心身ともに元気でいなくちゃと思います。でも、不妊治療がうまくいなくて落ち込んでいるときも、生徒と話していると気がまぎれるので助かっています。

Q 働く上で気を付けていることはありますか？

Yさん：仕事中に限らず、現在の生活では通院のとき以外は病気のことを忘れて過ごしているのでほとんどありません。診察で内診を受けたあと、勤務に戻った場合は重たいものを持たないようにしている…ぐらいでしょうか。

Q 職場では病気のことを誰にまで伝えていきますか？

Yさん： がんの経過観察だけでなく不妊治療での通院もあるため、派遣先では同じポジションで勤務する同僚には早い段階で伝えました。現在の派遣元担当者（発症時とは違う方）には、沖縄産業保健総合支援センター主催「令和元年度 治療と仕事の両立支援セミナー」へのオファーを受け、登壇してもいいかと相談するのを機に話しました。

Q 治療と仕事の両立するために気を付けていることは？

Yさん： 通院の予約がスムーズに取れるよう、業務スケジュールをきちんと把握するよう心がけています。また、通院でお休みをいただく分、体調不良などで有給休暇を減らすことがないように健康管理にも気を付けています。

Q 職場に相談できる人はいますか？

Yさん： 唯一、病気のことを話している同僚にはいろいろ話を聞いてもらっています。一緒に働くようになってすぐに通院の相談などをするようになったのですが、とても話しやすかったのが助かりました。同性なので、婦人科のことや不妊治療なども説明して、理解したうえでサポートしてくれています。仕事では私がリーダーなので相談することは少ないのですが、家族のことや彼のことで愚痴をきいてもらったり、相談にのってもらったりしています。私の精神衛生のメンテナンス的な役割を担ってくれています。

Q 職場以外のサポーターいますか？

Yさん： 家族と交際相手です。また、ネットの情報をすべて鵜呑みにするわけではありませんが、同じ病気で子宮を残して不妊治療をしている方のブログは参考にもなりますし、とても励みになります。

Q 職場や支援機関・医療機関などへの要望があれば教えてください？

Yさん： 私はわりと先生に食い下がって質問できるタイプなのですが、人によっては「忙しそうで聞けない」という方もいると聞きます。診察の最後にそういう時間や声掛けを意識していただけるといいのかなと思います。

それから、各病院や支援機関でのがん患者さんの交流会も気になっているのですが、平日の昼間に開催していることが多く、ただでさえ通院に有給休暇を使っているのでなかなか参加できなくて残念です。

Q 治療と仕事の両立支援について自分の体験から思うことなどあれば教えてください？

Yさん： 私は摘出手術を経験したものの、放射線や抗がん剤治療は未経験です。

そのため、経験談といっても「そんなにつらいと感じてこなかったかな」というのが正直なところです。それでも、職場の方（派遣先・派遣元どちらとも）と信頼関係を築いて、休むことや通院の相談などができたのは本当によかったと実感しています。今後、私には子宮全摘出の手術やそれに伴う入院

（状況によっては抗がん剤治療も）が待っています。これまでの経験をふまえて、自分の身体の状態を伝え、そのうえでどういう働き方ができるのか、どういう働き方をしていきたいのかをしっかりと考え、職場で相談できるようにしたいです。病状によっては弱気になることもあるかもしれません。そんなときは、家庭でも職場でも社会でも、ひとりで抱え込まず、相談できる場所があり、相談できる方がいるということを忘れずにいようと思っています。

おきなわ妊活・不妊サポート協会の活動について（Ｙさんより）

「不妊治療」も仕事との両立がむずかしく「不妊退職」なんて言葉もあるほどです。

私は NPO 法人 Fine という団体が実施している「不妊ピア・カウンセラー養成講座」を受け、2017 年に資格を取りました。これは不妊を経験した“ピア（仲間）”という立場で、不妊や妊活に悩む方の話を聞いたり、相談にのるための知識やスキルを学び、認定試験をパスすることで取得できます。

現在、沖縄県内にはこの資格の所有者が3名います。この3名を中心に活動の趣旨に賛同してくれる仲間とともに、2019 年に不妊や妊活に悩む方をサポートするための組織「おきなわ妊活・不妊サポート協会」を立ち上げました。

日本で一番出生率が高く、子沢山のイメージがある沖縄県。

その沖縄においても不妊に悩んでいる方、不妊治療を受けているご夫婦がたくさんいます。

しかしながら、当事者はそのことを家族や友人、知人らにはなかなか言えないこともあり、一般的にその実態はよく知られていません。それゆえに、悪意なくかけられる「子どもはまだ？」といった周囲からの言葉に人知れず傷ついている方もいます。こういった地域性のある沖縄で、子どもを望むふたりが最適な選択をできるよう情報提供していくこと、カウンセリングや妊活おしゃべり会で精神的に支えること、妊活・不妊への理解を社会に広めていくことを目的として、この協会ができました。



私を含め、日中はメンバーそれぞれが仕事に従事しています。そのため、夜間や休日の限られた時間ではありますが、当事者対象の妊活おしゃべり会や個別ピア・カウンセリングを主軸に、企業研修への協力や関係機関との連携に力を入れて活動しています。創立からやっと1周年を迎えたばかりですが、日中の仕事・がん治療・不妊治療に加えて、この活動との両立は大変です。それでも、妊活おしゃべり会で「不妊のことを誰にも話せなくてずっと苦しかった」、「同じように悩んでがんばっている人がいるんだとわかって、私だけじゃないんだと勇気が出た」といった声を聞くと「ああ、少しは人の役に立てているのかな…」と実感します。こうした「当事者同士だからこそ共感し合える思い」や「治療に役立つ情報交換」などはとても必要なことだと、私自身が若年性がん患者会 Be Style の集まりに参加して体感しています。

不妊治療は身体のリズムに合わせて治療スケジュールが組まれます。そのため、急に受診することになったり、連日通院する必要があったりします。それゆえに、仕事を休むことに罪悪感を持ったり、仕事との両立に悩んで退職を考えたり働き方を変える方もいます。この現状を変えていくためには、私たちが不妊や不妊治療への理解を社会に広げる活動をしていかなければいけないと感じています。まだまだこれからの団体ですが、周りに支えてもらいながら、できることをやっていこうと思います。

がんについても「がんピアサポーター」を養成する講座がありますよね。私も興味はあるのですが、受講条件が「治療を終えていること」なので、子宮を温存しているあいだは該当せず受講できません。子宮体がんのことに区切りがついたら、ぜひ受講したいと考えています。

・おきなわ妊活・不妊サポート協会のウェブサイト <https://okinawaninnin.business.site/>

ありがとうございました。