

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5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。

☆彡つむかぎは沖縄離島  
宮古島の方言で「優しい」



## 【第3回】

～「必ず戻ってきてね」職場の仲間にも言ってもらえたことで、  
がんに支配されない私の居場所を見つけることが出来た～

☆彡 沖縄県内在住 Kさん 30代 女性 ☆彡 職業：看護師

## Q 病気の経過や治療方法など教えてください？

Kさん：2016年3月4日 乳がんの診断を受ける

2016年3月10日～ 休職

2016年4月26日～ 抗がん剤治療開始

2016年11月28日 手術

2017年3月10日～ 復職 短時間勤務（4時間勤務）スタート

2018年7月頃～ フルタイムスタート

2019年7月～ 病棟勤務から外来勤務へ異動



## ～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？

Kさん：病気が発覚した時、看護師として働いていました。どこで治療したらいいのか、結婚できなくなってしまうのか、普通に生きていればできる経験ができなくなってしまうのかと不安でした。決断しなければいけないことが多く、大変でした。

また、広島に居たときに派遣看護師をしていたころ、ある病気かもしれないと職場へ報告すると、あなたとはもう派遣契約を更新しないとされたことがありました。

なので、もし当時の仕事を辞めたら復帰したくなかった時にどこからも雇ってもらえないのではないかと不安でした。

## Q 誰に相談しましたか？

**Kさん：** 主な相談者はパートナーでした。広島から移住して3年目だったのですが、病気がわかったのは付き合い2年を過ぎた頃でした。隠そうとしたりすることはなく、選択肢を調べては情報共有し、選択の手助けをしてもらいました。

## 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？

**Kさん：** 一旦退職すると、もうどこからも雇ってもらえないのではないかという思いがあり、退職は希望しませんでした。しかし、仕事でミスをしたこともあり精神的な動揺が大きく休職することにしました。そこからは抗がん剤の副作用の様子を見ながら復職の時期を決めようと上司と話していたのですが、副作用が強くなってしまったので治療中の復職は叶いませんでした。職場のスタッフさんたちにたくさん励ましてもらい、復帰へのモチベーションとなりました。

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。

Kさん： 告知されてすぐのころも、とりあえず出勤をしていたのですが、落ち着いた気持ちで仕事が出来ず夜勤で患者さんの命に影響を与えかねないミスをしてしまいました。また、仕事をしていると、将来的に自分はこうなってしまうのかもしれないという想像をしてしまい、精神的な動揺が大きかったです。看護師としての責任をもって仕事ができないことにもショックを受け、休職する道を選びました。当時一人暮らしだったので休職中孤独感が強く、治療の合間によく職場に遊びに行っていました。

まるまる1年の休職期間を経て、復帰となりました。抗がん剤治療後だったので、副作用がたくさん出ているんじゃないかと不安でした。体力の低下や末梢神経障害、同じような状況の患者さんと向き合ったときに、どのような精神面になるかなど不安が多くありました。とりあえず、体力の向上とできることとできないことを明確にしたい思いを持ち、1日4時間勤務で復職しました。復職直前には、毎日1時間以上のウォーキングをしたりしていましたが、いざ復職してみると途中でフラフラすることもあり、体力不足を痛感しました。そのため、行う業務内容を調整し、体力的に負担の少ないポジションで仕事をしていくことにしました。

技術的なことでできないことは思ったほど多くはなかったですが、身体の高い患者の移乗は一人では難しいことに気づき、周囲の人へ助けを求めていました。

体力があまりもたなかったため、1年以上の時間をかけて徐々に労働時間を増やしていきました。まず1日4時間からスタートして、1か月後に業務内容の変更も兼ねて、6時間へ変更しました。その後は、3か月後に6時間半、2か月後に7時間勤務にするなど、不定期に勤務時間を増やしていきました。幸い、お金に困ることはありませんでしたが、4時間勤務や6時間勤務のころは給料が少なく、いつ給料を満額支給してもらえるようになるのだろうという思いと、残業で仕事に人生を支配されるようにはなりたくないという思いで葛藤があり、フルタイムにするまでにこれだけの時間が掛かってしまったものがあると思います。

Q 病気の治療中に大変だったことを教えてください。

Kさん： 病気の治療中に大変だったことは、やはり抗がん剤の副作用です。顔にたくさんの吹き出物が出来てしまい、痛みと醜さで日常生活をするにも耐えがたい状況でした。保険金を多めに頂いていたので、きちんと治った暁にはどれだけお金をかけてもいいから肌を綺麗にしようということを考えることが出来、支えになりました。お金はやはり大事です。

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。

Kさん： 職場の仲間たちに、「必ず戻ってきてね」と言ってもらえたことです。癌とともに生きる時代になってきていますが、仕事など没頭するものがなければ、日頃考えることは癌のことばかりになってしまいます。職場の仲間たちにそう言ってもらえたことで、職場へ復帰することができ、癌に支配されない私の居場所を見つけることが出来たと思っています。

## ～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。

Kさん：病棟へ復帰しましたが、復帰2年で異動になり、現在は外来勤務です。

部署異動のストレスはありましたが、体力的には余裕ができました。

病棟にいたら、次は夜勤するべきか悩まないといけない時期だったので、外来に異動できてよかった と思っています。

Q 働く上で気を付けていることはありますか？

Kさん：夜勤をしないこと、仕事以外は何もしない日を作ること(家事は明日でいいやと楽をすることを許す)、要するに体力の消耗に気を付けること。

Q 職場の人と話し合っていることはありますか？

Kさん：復職時と同様、大きい身体の患者さんの移乗をするときは複数で介助をすること。

Q 職場の人には誰にまで伝えていきますか？

Kさん：職場の人には、だいたいの人には伝えていきます。職業柄理解も得やすいです。

Q 職場に相談できる人はいますか？

Kさん：前の部署の上司やピアサポーター（※）に相談しています。

※「がん体験者」として患者さんや家族を支援するサポーター

Q 職場以外のサポーターいますか？

Kさん：パートナーです。

病気療養前からお付き合いをしていましたが、治療中も離れることなく傍に続けてくれ、治療を選択する後押しをしてくれたり私らしく生きられるよう接してくれたりしました。

現在では入籍し夫となっています。





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？

Kさん：復職した当初は、時短で給料が少なかったなので、単身者でも、時短で仕事をしながら、自立して生活ができるようなシステムができればいいなあと思います。



ありがとうございました。