

国海員第477号  
令和8年3月30日

各地方運輸局海上安全環境部長  
北陸信越運輸局海事部長  
神戸運輸監理部海上安全環境部長  
沖縄総合事務局運輸部長

殿

(国土交通省) 海事局船員政策課長  
( 公 印 省 略 )

船員労働安全衛生規則の一部を改正する省令の施行等について  
(船員の治療と就業の両立支援関係)

令和8年3月19日に「船員労働安全衛生規則の一部を改正する省令(令和8年国土交通省令第14号。以下「改正省令」という。)」が公布されるとともに、改正省令に基づく「船員の治療と就業の両立支援指針(令和8年国土交通省告示第399号。以下「指針」という。)」が告示され、令和8年4月1日から施行又は適用することとされた。

改正省令及び指針の趣旨、内容については、下記のとおりであるので、関係者への周知徹底を図るとともに、これらの施行に遺漏なきを期されたい。

## 記

### 第1 改正の要点

#### 1 改正省令の趣旨

改正省令第 10 条の 11 は、船舶所有者は、就業による負傷又は疾病の症状の増悪その他の健康への悪影響を防止し、その治療と就業との両立を支援するため、国土交通大臣が告示で定める指針に従い、当該船員からの相談に応じ、適切に対応するために必要な体制の整備その他の必要な措置を講ずるよう努めなければならないこととしたものであること。

#### 2 指針関係

##### (1) 趣旨

指針は、改正省令による改正後の第 10 条の 11 の規定に基づき、治療を受ける船員の治療と就業の両立を支援するために船舶所有者が講ずるように努めるべき措置に関し、その適切かつ有効な実施を図るために必要な事項を定めるものであること。

##### (2) 概要

指針の1は、指針の趣旨を定めているほか、本指針の対象について規定したものであること。

指針の2は、船員の治療と就業の両立支援と船員法体系の規定との関係について示したものであること。

指針の3は、船舶所有者が、治療と就業の両立支援を必要とする船員からの申出に応じ、当該船員の治療と就業の両立支援を検討し、実施するための必要な手続き等について解説したものであること、指針において、船舶所有者が定めるとされる様式については、その様式の例は本通達の別添2であること、船員に対する措置等の検討に当たっては、船舶所有者が一方向的に判断しないよう、就業継続の希望や配慮の要望を聴取し、十分な話し合い等を通じて船員本人の了解を得られるよう努めることが必要であること、疾病やその症状、治療方法等の個別性を踏まえ、個々の事例に応じた対応が必要となることを示したものであること。

指針の4は、船員が安心して支援を求める申出を行えるよう、また、支援の必要性が生じてから支援に必要な制度や体制等について検討を始めては適切な対応を行うことは困難なため、平時から船員の治療と就業の両立支援を行うための環境を整備しておくことが重要となることから、その取組について示したものであること。

指針の5は、指針全体に共通する基本的な留意事項として、船員本人が治療や疾病の増悪防止に適切に取り組むとともに、船舶所有者やその産業保健スタッフ(産業医又は常時使用する船員の数が 50 人未満の船舶所有者が使用する船員の健康管理等を行う医師(以下「産業医等」という。)、保健師をいう。以下同じ。)等に自身の病状や服薬歴等に関する情報を適切に共有することが重要であること、また、船員が安

心して申出を行える環境をつくるため、個人情報保護も含めた船舶における治療と就業の両立支援のルール及び体制の整備・明確化が重要となること等について示したものであること。

### 3 施行期日等

1及び2について、令和8年4月1日に施行又は適用されること。

## 第2 細部事項

### 1 指針の1「船員の治療と就業の両立支援の趣旨」関係

指針の1の「治療と就業の両立支援の対象となる疾病(負傷を含む。以下同じ。)」には、船員法施行規則第2号表第1号に掲げる伝染病のほか、治療を伴うが、短期で治癒するなど、就業の継続への影響や離職を余儀なくされることが想定されないもの(感冒等)、疾病にあたらぬもの(美容医療、審美歯科等)は、含まれないものであること。

### 2 指針の2「船員法体系の制度と船員の治療と就業の両立支援との関係」関係

#### (1) 船員法の規定と船員治療と就業の両立支援の関係

船員の治療と就業の両立支援は、労働時間規制や安全衛生関係等の船員法に定める諸規定を遵守の上、実施することが前提となること。

例えば、船員法第83条第1項の規定により、船舶所有者は、国土交通大臣の指定する医師(以下「指定医師」という。)が船内労働に適することを証明した健康証明書(以下「健康証明書」という。)を持たない者を船舶に乗り組ませてもらってはならない旨を規定していることから、船内における治療と就業の両立支援は、船員本人が当愛健康証明書を有していることが前提であること。

また、治療と就業の両立支援を必要とする船員の就業継続や具体的な就業上の配慮等に関しては、主治医の意見をもとに、産業医等の意見を勘案しつつ、船員本人と十分話し合った上で、船舶所有者が最終的に決定するものであること。

### 3 指針の3「船員の治療と就業の両立支援のために船舶所有者等が講ずべき措置」関係

#### (1) 様式例等の活用

船舶所有者が船員の治療と就業の両立支援の検討を行うに当たっては、船員本人を介した主治医との情報連携を適切に行うことが重要であり、船員本人、船舶所有者、医療機関の関係者は、本通達において示す様式例(「勤務情報を主治医に提供する際の様式例」(別添1-1)、「治療の状況や就業継続の可否等について主治医の意見を求める際の様式例」(別添1-2)、「職場復帰の可否等について主治医の意見を求める際の様式例」(別添1-3)、「船員が主治医に自ら勤務情報を提供し、かつ、この情報に基づき主治医が就業上の意見等を提示するための様式例」<両立支

援カード>」(別添1-4)、「両立支援プラン／職場復帰支援プランの作成例」(別添1-5))を活用することが望ましいこと。

また、各様式例の作成に当たっては、「企業・医療機関連携マニュアル」(平成 30 年3月厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課作成)が参考にできること。

なお、別添2は、各様式例を用いた治療と就業の両立支援の流れについて示すものであること。

(2) 産業医等と主治医の間における効果的な情報交換(指針の3(6)(1)関係)

「治療の状況や就業継続の可否等について主治医の意見を求める際の様式例」等を用いて主治医から提供された情報は、船員の治療と就業の両立支援を開始するに当たっての一次情報であり、当該様式に書き切れない内容等については、様式例による情報提供と並行して、書簡、電子メール等を用いて、主治医と、産業保健スタッフ又は人事労務担当者との間で、十分に意思疎通を図ることが望ましいこと。

また、船舶所有者にとっては、就業上の措置等を講ずるに当たり、専門的かつ詳細な医学情報よりも、疾病や治療に伴う副作用が業務遂行にどのような影響を及ぼすのか、いつまでその影響が続くのか、といった見通しに関する情報が重要であり、船員によっては、多剤服用している場合や、複数の医療機関からそれぞれ薬剤を処方されている場合があるため、必要に応じて産業医等に相談しつつ、本人や主治医から服薬状況や副作用についての情報を入手することが考えられること

(3) 船舶所有者による産業医等に対する情報提供及び意見聴取(指針の3(2)関係)

船員の治療と就業の両立支援における「産業医等」が担う役割とは、船舶所有者が船員の疾病管理を行うための医学の専門家として、船員の疾病を適切に把握し、就業によって症状が増悪することを防止し、船員の治療と就業との両立を支援するために助言を行うものであること。

なお、船員の治療と就業の両立支援と産業医の職務の関係については、「船員法施行規則等の一部を改正する省令(船員の健康確保関係)の運用について」(令和5年3月3日付け国海員第363号)において、船員労働安全衛生規則第10条の2第1項第6号の船員の健康管理に関することには、疾病管理等が含まれるとされているが、本指針を踏まえた船員の治療と就業の両立支援についてもこれが含まれること。

(4) 就業継続の可否の判断、就業上の措置等の検討(指針の3(3)関係)

船員の就業継続の可否の判断並びに治療に対する配慮の具体的内容及びその実施時期に関しては、主治医の意見をもとに、産業医等の意見を勘案しつつ、船舶所有者が最終的に決定するものであること。

その際に、船舶所有者が、船員に対する措置等を一方的に判断しないよう、就業継続の希望や配慮の要望を聴取し、十分な話し合い等を通じて船員本人の了解を得られるよう努めるとともに、上司や同僚等の理解、協力を得ることが必要であることを示すものであること。

加えて、船員の治療と就業の両立支援においては、対象者の疾病の症状又は治

療の副作用等により業務遂行能力が一時的に低下する場合があること等も踏まえ配慮を検討することが必要となること。

(5) 就業上の措置等の内容、実施時期等の検討・決定(指針の3(3)関係)

船舶所有者が決定した就業上の措置及び治療に対する配慮の内容、実施時期等については、主治医が就業の状況を考慮した療養上の指導を行う際に必要な情報となるため、船員本人を通じて主治医へ情報提供することが望ましいこと。

(6) 治療のため休業した船員の職場復帰支援(指針の5(4)関係)

メンタルヘルス不調により休業した船員の職場復帰支援に関しては、厚生労働省作成の「心の健康問題により休業した労働者の職場復帰支援の手引き」(平成24年7月6日付け基安労発0706第1号)を参考とすることができること。

(7) 船員の疾病が再発した場合の対応(指針3(7)の関係)

指針の3(7)は、疾病の再発も念頭に置いた治療終了後のフォローアップや柔軟な対応が重要であり、船員から配慮を必要とする申出があった場合は、柔軟に対応することが望ましいこと。例えば、がんの場合、手術や薬物療法、放射線治療といったがんの治療が終了した船員(患者)の多くは、治療後も一定期間、再発を含む健康状態の確認のための診察や検査等の経過観察が必要となることから、船舶所有者は、フォローアップが一切不要になったと捉えるのではなく、がんの治療が終了した船員から配慮を必要とする申出があった場合は、柔軟に対応することが望ましいこと。

#### 4 指針の4「船員の治療と就業の両立支援を行うための環境整備」関係

(1) 航海期間に応じた薬剤の処方について(指針の4(3)関係)

「船員保険法第五十四条第二項の規定に基づき船員保険の療養の給付の担当又は船員保険の診療の準則を定める省令」により、長期航海に従事する船員に投薬が必要と認められる場合、航海日程等を考慮し、必要最小限の範囲において1回180日分を限度として投与することが認められており、別添2-1及び2-4の様式例にはこの旨を明記していること。

(2) 船舶内外の連携(指針の4(4)関係)

指針の4(4)の、主治医との連携について、治療と就業の両立支援に当たっては、支援対象となる船員(患者)に関し、職場環境や業務内容等を把握している産業医等と、病状や治療経過、就業継続の可否等について医学的知見から意見を述べる主治医が、本人と十分に意思疎通を図りながら情報交換を行い、連携して対応することが重要であること。

なお、産業医の選任義務のない常時使用する船員の数が50人未満の船舶所有者においては、医師又は保健師を選任して健康管理を行わせるほか、産業保健総合支援センターの取組を参考とすることが考えられること。同センターは、船員の治療と就業の両立支援関係の取組を担当するものではないが、治療と仕事の両立支援の専門スタッフ(保健師等の資格を有する「メンタルヘルス対策・両立支援促進員」)を

配置し、以下のような企業支援を行っており、これらの支援は船員においても活用が可能であると考えられ、参考とするために相談することが考えられること。

- ・ 産業医等の産業保健スタッフ、人事労務担当者等に対する専門的研修
- ・ 関係者からの相談対応
- ・ 事業主等に対する啓発セミナー
- ・ 事業場への訪問による両立支援の制度導入等の支援
- ・ 個人情報に配慮した上での労働者(患者)と事業主の間の個別調整支援

また、以下アからウの取組は、主に陸上労働者を対象としたものであるが、船員の治療と就業の両立支援の環境を整備するにあたって、参考とすることが考えられること。

#### ア 両立支援コーディネーター

治療と就業の両立支援に当たっては、事業場と医療機関が、労働者(患者)からの申出に対してそれぞれの立場における支援を実施するとともに、必要に応じて連携することで、症状や業務内容に応じた適切な支援が可能となる。

両立支援コーディネーターは、労働者(患者)に寄り添い、事業場と医療機関の間の情報の橋渡しを行いながら、継続的な相談支援等を行う役割を担うものである。

両立支援コーディネーターの養成のための研修は、独立行政法人労働者健康安全機構において実施しているものであり、事業場では、人事労務担当者や産業保健スタッフ(産業医等や保健師、看護師等をいう。以下同じ。)を受講させ、活用することで、医療機関との連携等を踏まえた、現場の状況に即した支援を実施することが期待される。

#### イ「地域両立支援推進チーム」から提供される情報

都道府県労働局に設置されている「地域両立支援推進チーム」では、自治体や地域の支援機関、民間団体等と連携して、治療と就業の両立支援のイベントの実施や事業主等が活用可能な各地域における支援事業の情報提供等を行っている。

#### ウ 治療と仕事の両立支援ナビ

厚生労働省の運営するポータルサイト「治療と仕事の両立支援ナビ」において、治療と就業の両立支援に関する法令、指針、主要疾患別留意事項、様式例、支援制度・支援機関、各種マニュアル、企業や医療機関の取組事例等の総合的な情報提供を行っている。

### 5 指針の5「船員の治療と就業の両立支援を行うに当たっての留意事項」関係

#### (1) 個別事例の特性に応じた配慮(指針の5(4)関係)

指針の5(4)の、個別事例ごとの特性に応じた配慮に当たり、参考資料(厚生労働省「令和8年2月24日付け基発0224第6号・職発0224第29号」の別添1。以下「疾病別留意事項」という。)は、疾病ごとの典型的な症状や治療方法、必要となる配慮事項等の特性についてまとめたものであり、事業主による具体的な就業上の

措置等の検討の参考になるとともに、上司や同僚等に対する正しい理解の啓発等にも活用できるものであること。

## (2) 個人情報の保護(指針の5(5)関係)

指針の5(5)は、治療と就業の両立支援において船員本人からの申出により事業主が把握した症状、治療の状況等の疾病に関する個人情報については、当該情報を取り扱う者の範囲や第三者への漏えいの防止も含めた適切な情報管理体制の整備が必要となることについて示したものであり、このことに関しては、「船員の心身の状態に関する情報の適正な取扱いのために船舶所有者が講ずべき措置について」(令和5年3月13日付け国海員第379号)において、情報の収集にあたっては、あらかじめ船員本人の同意を得ることが必要であり、船舶所有者ごとの取扱規程により船舶所有者等の内部における適正な取扱いを定めて運用することが必要である心身の状態の情報の一例として、治療と就業の両立支援のための医師の意見書があげられていること。なお、情報の収集にあたり、船員が自主的に提出した場合は、「あらかじめ船員本人の同意」を得たものと解されるが、当該情報について船舶所有者等が医療機関等に直接問い合わせる場合には、別途、船員本人の同意を得る必要があること。

また、指針の5(5)は、船員の治療と就業の両立支援における機微な個人情報の取扱について示したものであり、当該情報には家族の病歴やゲノム情報も含まれ、当該情報を理由とした不利益取扱をすることは不適切であること。

個人情報保護法においては、ゲノム情報を含め、船員の個人情報について、偽りその他不正の手段により取得することや、違法又は不当な行為を助長し、又は誘発するおそれがある方法により利用することはできず、また、船員法に基づく健康管理のための情報であっても、船員のゲノム情報を収集することはできない。このため、会社からの求めに応じる必要はなく、ゲノム情報を提出しないことを理由に、人事評価を低評価とするなどの不利益取扱をすることも不適切であると考えられること。

これらゲノム情報の取扱については、特にがん及び難病に関して、疾病別留意事項に示しているが、当該留意事項は、これらに限らず、疾病全般に共通するものであること。

以上

## 勤務情報を主治医に提供する際の様式の例

(主治医所属・氏名) 先生

今後の就業継続の可否、業務の内容について職場で考慮したほうがよいことなどについて、先生にご意見をいただくための従業員の勤務に関する情報です。

どうぞよろしくお願い致します。

従業員氏名	生年月日		年	月	日
住所					
職種	乗組員数		人		
就航区域	<input type="checkbox"/> 国外就航船舶 (日本への寄港 (有・無))		<input type="checkbox"/> 国内就航船舶		
乗下船サイクル	(乗船) か月間・日間* / (休暇) か月間・日間				
就業形態	<input type="checkbox"/> 三直制 ( 時～ 時)		<input type="checkbox"/> 常昼勤務		<input type="checkbox"/> その他 ( )
就業時間	残業 (時間外)				
休業可能期間	_____年_____月		日まで ( 日間)		
職務内容	(作業場所・作業内容) 〔  〕 <input type="checkbox"/> 体を使う作業 (重作業) <input type="checkbox"/> 体を使う作業 (軽作業) <input type="checkbox"/> 長時間立位 <input type="checkbox"/> 熱暑場所での作業 <input type="checkbox"/> 寒冷場所での作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input type="checkbox"/> 機械の運転・操作 <input type="checkbox"/> 対人業務 <input type="checkbox"/> 漁ろう作業				
通勤方法・時間	<input type="checkbox"/> 通勤無し (船内居住) <input type="checkbox"/> 自動車 <input type="checkbox"/> 公共交通機関		<input type="checkbox"/> その他 ( )   通勤時間: ( ) 分		
利用可能な制度	<input type="checkbox"/> 疾病休暇・病気休暇 <input type="checkbox"/> 時差出勤制度 <input type="checkbox"/> 短時間勤務制度		<input type="checkbox"/> 試出出勤制度 <input type="checkbox"/> 航海期間の短縮 ( _____ヶ月間航海へ短縮)		
支援体制	<input type="checkbox"/> 産業医の設置 <input type="checkbox"/> 医師等による船員の健康管理の実施		<input type="checkbox"/> 統括安全衛生担当者の選任 <input type="checkbox"/> 衛生管理者・担当者の選任		
その他 特記事項					

上記内容を確認しました。					
令和	年	月	日	(本人署名) _____	
令和	年	月	日	(会社名) _____	
住所	_____		電話番号 _____		

※「船員保険法第五十四条第二項の規定に基づき船員保険の療養の給付の担当又は船員保険の診療の準則を定める省令」により、長期航海に従事する船員に投薬が必要と認められる場合、航海日程等を考慮し、必要最小限の範囲において1回180日分を限度として投与することが可能となっています。

(別添1-2)

治療の状況や就業継続の可否等について主治医の意見を求める際の様式例

患者氏名		生年月日	年	月	日
住所					

病名	
現在の症状	(業務遂行に影響を及ぼし得る症状や薬の副作用等)
治療の予定	(入院治療・通院治療の必要性、今後のスケジュール(半年間、月1回の通院が必要、等))
退院後/治療中の就業継続の可否	<input type="checkbox"/> 可 (職務の健康への悪影響は見込まれない) <input type="checkbox"/> 条件付きで可 (就業上の措置があれば可能) <input type="checkbox"/> 現時点で不可 (療養の継続が望ましい)
望ましい就業上の措置	例: 重いものを持たない、暑い場所での作業を避ける、 注) 提供された勤務情報を踏まえて、医学の見地から必要と考えられる配慮等の記載をお願いします。
治療に対する配慮事項	例: 通院時間を確保する、治療に必要な休息時間を確保する等 注) 治療のために必要と考えられる配慮等の記載をお願いします。
上記の措置期間	

上記事項を確認しました。 令和 年 月 日 (本人署名) _____
---------------------------------------

上記のとおり、就業継続の可否等に関する意見を提出します。

令和 年 月 日 (主治医署名) \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_

- ※1 この様式は、患者が病状を悪化させることなく治療と就業を両立できるよう、職場での対応を検討するために使用するものです。この書類は、患者本人から会社に提供され、プライバシーに十分配慮して管理されます。
- ※2 船員法における船員の就業の可否は、同法第83条第1項の規定により国土交通大臣が指定する医師が行う健康検査の結果をもとに判定するものとされており、当該判定においては、本様式が活用されることも想定されます。
- ※3 治療と就業の両立支援を必要とする船員の就業継続や具体的な就業上の配慮等に関しては、主治医の意見をもとに、産業医等の意見を勘案しつつ、船員と十分話し合った上で、船舶所有者が最終的に決定するものとなります。

## 職場復帰の可否等について主治医の意見を求める際の様式例

患者氏名		生年月日	年	月	日
住所					

復職に関する 意見	<input type="checkbox"/> 復職可 <input type="checkbox"/> 条件付き可 <input type="checkbox"/> 現時点で不可 (休業: ~ 年 月 日)
	意見
望ましい就業上 の措置	例: 重いものを持たない、暑い場所での作業を避ける、 注) 提供された勤務情報を踏まえて、医学的見地から必要と考えられる配慮等の記載をお願いします。
治療に対する 配慮事項	例: 通院時間を確保する、休憩場所を確保する など 注) 治療のために必要と考えられる配慮等の記載をお願いします。
上記の措置期間	年 月 日 ~ 年 月 日

上記内容を確認しました。 令和 年 月 日 (本人署名)
---------------------------------

上記のとおり、職場復帰の可否等に関する意見を提出します。

令和 年 月 日 (主治医署名) \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_ 電話番号 \_\_\_\_\_

- ※1 この様式は、患者が病状を悪化させることなく治療と就業を両立できるよう、職場での対応を検討するために使用するものです。この書類は、患者本人から会社に提供され、プライバシーに十分配慮して管理されます。
- ※2 船員法における船員の就業の可否は、同法第83条第1項の規定により国土交通大臣が指定する医師が行う健康検査の結果をもとに判定するものとされております。当該判定においては、本様式が活用されることも想定されます。
- ※3 治療と就業の両立支援を必要とする船員の職場復帰・就業継続や具体的な就業上の配慮等に関しては、主治医の意見をもとに、産業医等の意見を勘案しつつ、船員と十分話し合った上で、船舶所有者が最終的に決定するものとなります。

## ＜I. 本人記載欄＞

氏名		生年月日	年 月 日
住所			
職種		乗組員数	人
就航区域	国外就航船舶（日本への寄港（有・無）） <input type="checkbox"/> 国内就航船舶		
乗下船サイクル	（乗船） か月間・日間* / （休暇） か月間・日間		
勤務形態	<input type="checkbox"/> 三直制（__時～__時） <input type="checkbox"/> 常昼勤務 <input type="checkbox"/> その他（ ）		
就業時間		残業（時間外）	
職務内容（有期雇用の場合は雇用契約期間も併せてご記入ください）			
上記職務内容に含まれる作業 （右記(1)～(3)について該当する作業に○を記してください）	(1) 身体上の負荷がある作業	①立位作業 ②-a 重量物の取扱作業 ②-b 体を大きく動かす作業 ③暑熱/寒冷/屋外作業 ④振動工具の取扱作業 ⑤不特定多数の人と対面する作業 ⑥化学物質や粉じん等で呼吸用保護具を装着する作業	
	(2) 事故の可能性が高まる作業	①一人作業 ②高所作業 ③危険な機械操作・自動車運転 ④漁ろう作業 ⑤その他（ ）	
	(3) 心身の負担が高いと感じる作業等	①交替勤務/当直勤務（ ） ②長期間航海（ ） ③その他（ ）	
利用可能な制度	<input type="checkbox"/> 疾病休暇・病気休暇 <input type="checkbox"/> 時差出勤制度 <input type="checkbox"/> 短時間勤務制度 <input type="checkbox"/> 試し出出勤制度 <input type="checkbox"/> 航海期間の短縮（__ヶ月間航海へ短縮） <input type="checkbox"/> その他（ ）		
支援体制	<input type="checkbox"/> 産業医の設置 <input type="checkbox"/> 医師等による船員の健康管理の実施 <input type="checkbox"/> 統括安全衛生担当者の選任 <input type="checkbox"/> 衛生管理者・担当者の選任		
休業可能期間	_____年_____月_____日まで（ ）日間		
通勤方法・時間	<input type="checkbox"/> 通勤無し（船内居住） <input type="checkbox"/> 自動車 <input type="checkbox"/> 公共交通機関 <input type="checkbox"/> その他（ ） 通勤時間：（ ）分		

会社に両立支援の申し出を行い、本カードの作成にあたって下記の担当部署・担当者の確認を受けました。

（会社記載欄）

会社名

担当部署・担当者

住所

電話番号

※「船員保険法第五十四条第二項の規定に基づき船員保険の療養の給付の担当又は船員保険の診療の準則を定める省令」により、長期航海に従事する船員に投薬が必要と認められる場合、航海日程等を考慮し、必要最小限の範囲において1回180日分を限度として投与することが可能となっています。

## ＜Ⅱ. 医師記載欄＞

患者氏名		生年月日	年	月	日
住所					
病名		通院頻度			
現在の症状					
今後の治療内容					
就労に関する意見	<input type="checkbox"/> 可 <input type="checkbox"/> 下記ア～ウの条件付で可( 年 月 日～ 年 月 日) <input type="checkbox"/> 現時点で不可				
ア 病勢の悪化や労働災害など事故に巻き込まれることを防ぐために配慮が必要な事項(本人記載欄1の作業に対応する配慮事項)	(1) 身体上の負荷がある作業				
	①立位作業	<input type="checkbox"/> 作業可	<input type="checkbox"/> 立位の時間の制限 <input type="checkbox"/> 椅子等の準備	<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
	②-a 重量物の取扱作業 ②-b 体を大きく動かす作業	<input type="checkbox"/> 作業可	<input type="checkbox"/> 作業時間や回数の制限 <input type="checkbox"/> 負荷の軽減	<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
	③暑熱/寒冷/屋外作業	<input type="checkbox"/> 作業可	<input type="checkbox"/> 作業時間や回数の制限 <input type="checkbox"/> 空調機器の使用	<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
	④振動工具の取扱作業	<input type="checkbox"/> 作業可	<input type="checkbox"/> 振動の少ない工具の使用 <input type="checkbox"/> 作業時間や回数の制限	<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
	⑤不特定多数の人と対面する作業	<input type="checkbox"/> 作業可	<input type="checkbox"/> 作業時間の制限	<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
	⑥化学物質や粉じん等で呼吸用保護具等を装着する作業	<input type="checkbox"/> 作業可	<input type="checkbox"/> 作業時間や回数の制限 <input type="checkbox"/> 作業強度の制限	<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
	(2) 事故の可能性が高まる作業				
	①一人作業 ②高所作業 ③危険な機械操作・自動車 ④漁ろう作業 ⑤その他	<input type="checkbox"/> 作業可	<input type="checkbox"/> 当人や他者への危害を防止する安全装置等 <input type="checkbox"/> 当人の安全を確認できる配置等	<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
	(3) 心身の負担が高いと感じる作業等				
①交替勤務/当直勤務 ②長期間航海 ③その他	<input type="checkbox"/> 作業可			<input type="checkbox"/> 作業は当面不可	
イ 本人記載欄1の作業について、上記ア以外の必要な配慮事項・アの配慮の補足事項	<input type="checkbox"/> 負担の少ない保護具着用 <input type="checkbox"/> 紫外線をできるだけ避ける <input type="checkbox"/> 食事内容により病勢が悪化する可能性があるため食事の配慮 <input type="checkbox"/> 排尿・排便回数が多くなるためトイレが利用しやすい環境整備 <input type="checkbox"/> 長時間労働の制限 <input type="checkbox"/> 夜勤の制限 <input type="checkbox"/> その他 ( )				
ウ 本人記載欄2の利用可能な社内制度を踏まえた、上記ア・イ以外の、患者が働き続けるために医学的理由から配慮が望ましい事項 ※次ページ＜配慮の例＞も参照の上で、ご記入ください	<input type="checkbox"/> 治療スケジュールに合わせた休暇等 <input type="checkbox"/> 作業中の適宜休憩 <input type="checkbox"/> 短時間勤務 <input type="checkbox"/> 時差出勤 <input type="checkbox"/> 試し出勤 <input type="checkbox"/> その他				
医師署名欄	上記の通り、就労の可否や配慮に関する意見を提出します。 令和 年 月 日 医療機関名 住所 電話番号 (医師署名)				
本人署名欄	上記内容を確認し、職場での配慮に関する措置を申請します。 住所 (本人署名)				

- ※1 この様式は、患者が病状を悪化させることなく治療と就業を両立できるよう、職場での対応を検討するために使用するものです。この書類は、患者本人から会社に提供され、プライバシーに十分配慮して管理されます。
- ※2 船員法における船員の就業の可否は、同法第83条第1項の規定により国土交通大臣が指定する医師が行う健康検査の結果をもとに判定するものとされており、当該判定においては、本様式が活用されることも想定されます。
- ※3 治療と就業の両立支援を必要とする船員の就業継続や具体的な就業上の配慮等に関しては、主治医の意見をもとに、産業医等の意見を勘案しつつ、船員と十分話し合った上で、船舶所有者が最終的に決定するものとなります。

A 作業場の調整	A-1 休憩室の整備をする A-2 椅子の配置をする A-3 暑すぎない・寒すぎない環境を整備する A-4 広い作業スペースを準備する A-5 定期的に換気する A-6 分煙・喫煙環境を整備する
B 作業内容の変更	B-1 休憩を取りやすい環境を整備する B-2 段階的な業務量の増加を認める B-3 時差出勤・フレックス勤務を認める B-4 残業を免除する・短時間勤務を許可する B-5 乗組む船舶の変更などにより航海期間の短縮をする B-6 交代制勤務・夜間の業務等を制限する B-7 身体的負担・精神的負担が大きい作業を免除しほかの作業を任せる B-8 仕事の役割・責任を明確にする B-9 裁量度の高い仕事を免除する B-10 ひとり作業を免除する
C スケジュールの調整	C-1 治療のスケジュールに合わせて勤務形態を検討する C-2 受診や体調不良時に休みを取りやすくする
D 事業内ルールの変更	D-1 制服以外の衣服の着用を許可する D-2 職場や医療機関等の相談先を明確化する
E 本人が安心できる環境整備	E-1 有給休暇を取得しやすい環境を整備する E-2 休暇可能日数を伝える E-3 周囲の同僚や上司などを通じて体調について定期的に確認する E-4 必要な配慮について定期的に確認する E-5 トイレに行きやすい環境を整備する E-6 オストメイト対応トイレを整備する
F 移動に関する調整	F-1 安全な移動手段を提供する・確保する F-2 車いすで移動できる環境を整備する F-3 移動が少なくなるよう配置する F-4 段差を少なくする F-5 職場に近い駐車場を確保する F-6 エレベーターを優先的に利用する
G 内服・食事・血糖管理等に関すること	H-1 間食・補食を許可する H-2 内服・血糖測定・インスリン自己注射・成分栄養剤を摂取するなどの清潔な場所を提供する
H アピアランス(外見)ケア	I-1 対人業務が少なくなるよう工夫する I-2 メイクできる部屋を準備する I-3 更衣室を一人で利用できるよう工夫する
I 補助具・マスクの使用	J-1 電動ファン付き呼吸用保護具を準備する J-2 重量物に治具を用いる
K その他	K-1 困ったときに申し出をしやすい環境を整備する

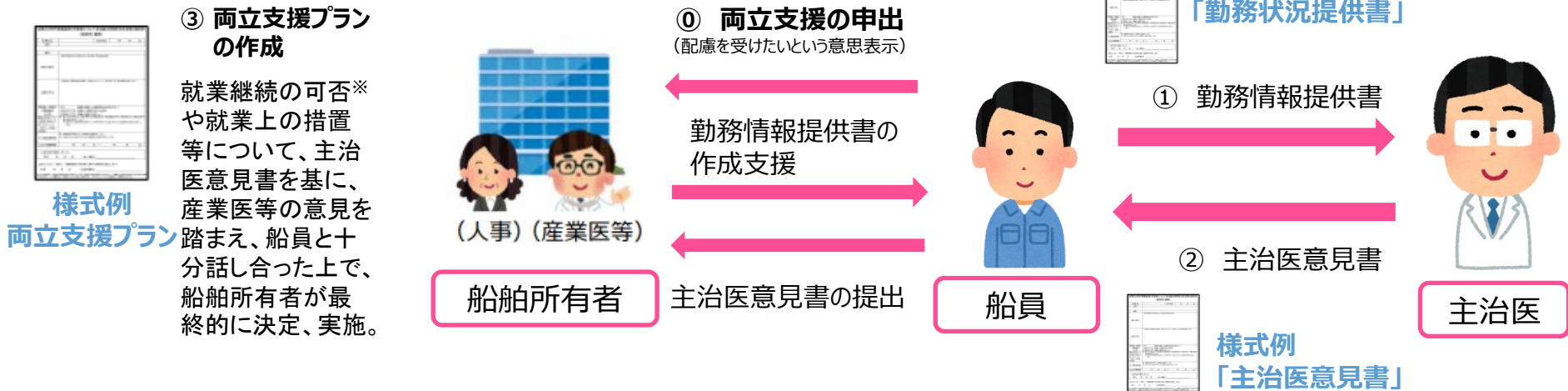
## 両立支援プラン／職場復帰支援プランの作成例

作成日： 年 月 日

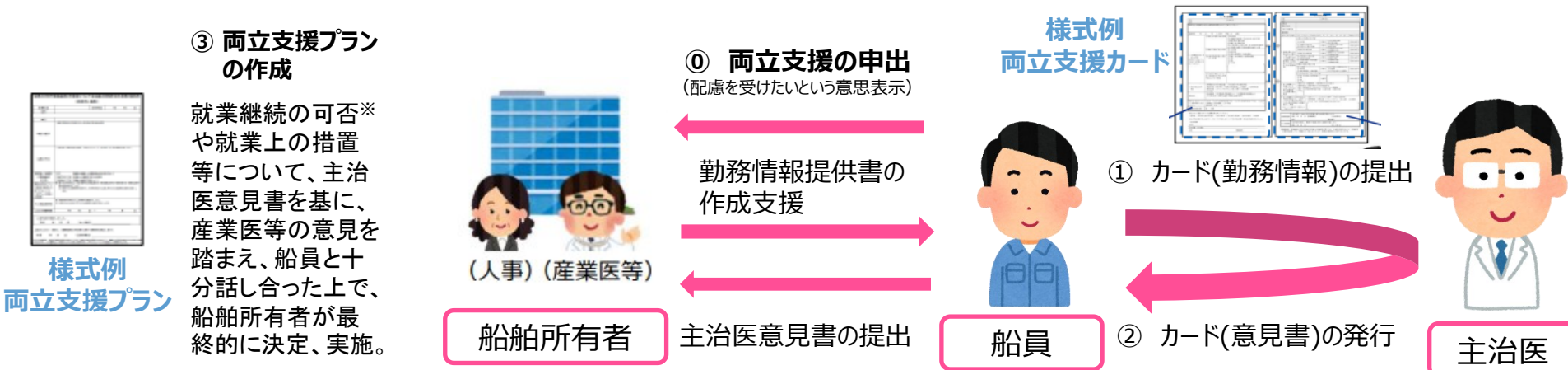
船員 氏名			生年月日	性別
			年 月 日	男・女
所属			船員	
治療・投薬等の状況、今後の予定	<ul style="list-style-type: none"> <li>・入院による手術後に、薬物療法による治療を実施。</li> <li>・今後は月1回の通院に移行。</li> <li>・治療期間を通し副作用として疲れやすさや免疫力の低下等の症状が予想される。</li> </ul> ※職場復帰支援プランの場合は、職場復帰日についても記載			
期間	勤務時間	就業上の措置・治療への配慮等	(参考) 治療等の予定	
(記載例) 1か月目		通院日の休日付与に対する配慮。 夜間労働の回数の減少 休憩時間の確保 作業転換	月1回通院・薬物療法 (症状:疲れやすさ、免疫力の低下等)	
2か月目		通院日の休日付与に対する配慮。 夜間労働の回数の減少 作業転換	週1回通院・薬物療法 (症状:疲れやすさ、免疫力の低下等)	
3か月目		通常勤務に復帰	継続したフォローアップを行うこと。	
業務内容	・治療期間中は負荷軽減のため作業転換を行い、重量物の取り扱いや炎天下での作業を避ける。			
その他 就業上の 配慮事項	・副作用により疲れやすくなることが見込まれるため、体調に応じて、適時休憩を認める。			
その他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・治療開始後は、2週間ごとに産業医・本人・総務担当で面談を行い、必要に応じてプランの見直しを行う。(面談予定日：●月●日●～●時)</li> <li>・労働者においては、通院・服薬を継続し、自己中断をしないこと。また、体調の変化に留意し、就業中の体調不良は上司に伝達すること。</li> <li>・上司においては本人からの訴えや労働者の体調等について気になる点があればすみやかに総務担当まで連絡すること。</li> </ul>			

## 別添2 船員の治療と就業の両立支援の流れ

### 様式例「勤務情報提供書」・「主治医意見書」を用いる場合



### 様式例「両立支援カード」を用いる場合



※ 船員法における船員の就業の可否は、同報第83条の規定により国土交通大臣が指定する医師が健康検査の結果に基づき判定するものされています。

## 治療と就業の両立支援 がんに関する留意事項

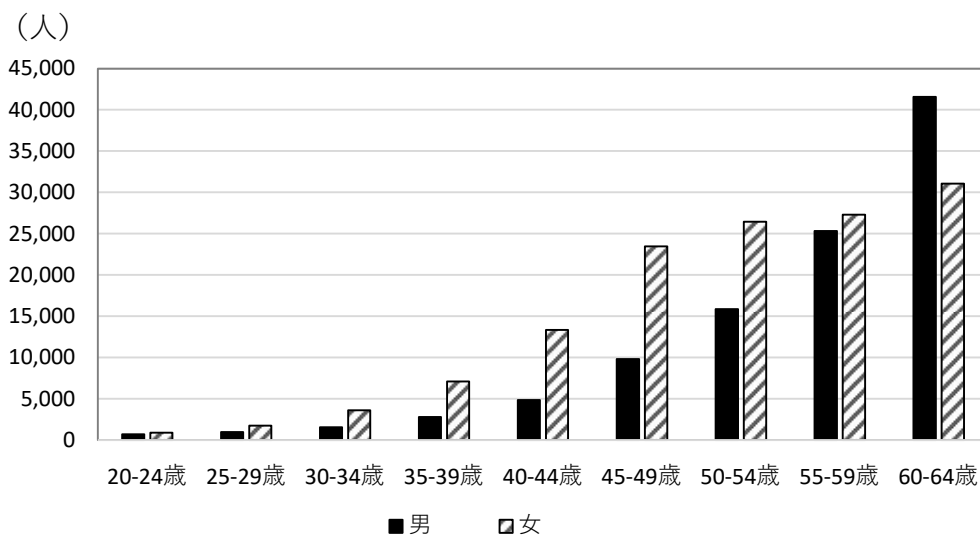
以下は、治療と就業の両立支援指針の内容に加えて、がん罹患した労働者に対して治療と就業の両立支援を行うに当たって、特に留意すべき事項をまとめたものである。

### 1 がんに関する基礎情報

#### (1) がん罹患患者数と5年生存率

日本人を対象としたがんに対するイメージに関する調査<sup>1</sup>によれば、多くの方ががんは稀な病気だと考えているが、実際は、生涯のうちに、日本人の就労世代では約7人に1人ががん罹患すると推計<sup>2</sup>されている。また、国立がん研究センターの推計では、年間約98万人が新たにがんと診断されており、このうち24.1%が就労世代（20～64歳）である（図1）。

<図1 性別・年齢階級別がん罹患患者数（診断年：2021年）>



※出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（全国がん登録）；全国がん罹患データ（2016年～2021年）（診断年：2021年）

一方で、近年の内閣府の調査<sup>3</sup>でも過去の調査と同様、多くの方が、がんを未だ死に至る病気として怖いと認識しているが、実際は、がん医療の進歩等により、がん患者の生存率は向上している（図2）。2012年にがん診断された人の54.0%は、10年後も生存している状況にある<sup>4</sup>。

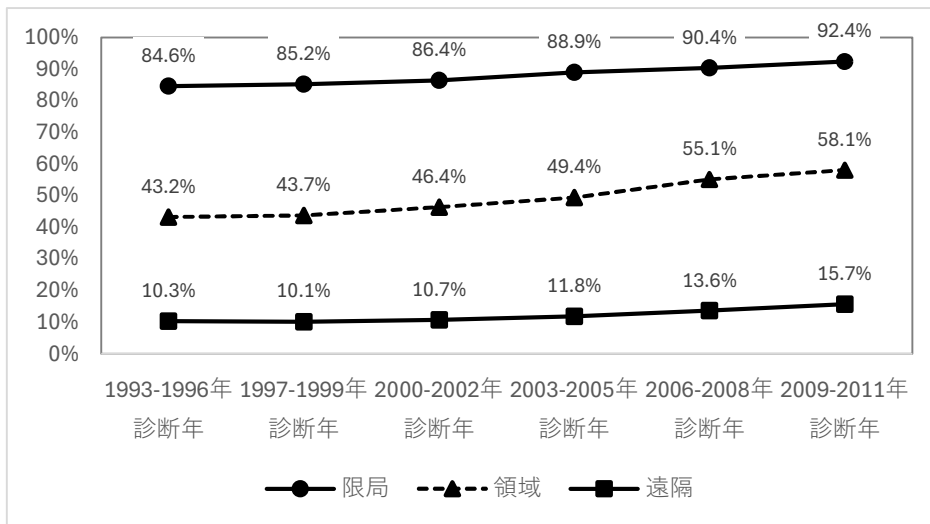
<sup>1</sup> Takahashi M, Kai I, Muto T : Discrepancies Between Public Perceptions and Epidemiological Facts Regarding Cancer Prognosis and Incidence in Japan: An Internet Survey. Jpn J Clin Oncol 42:919-926, 2012

<sup>2</sup> 国立がん研究センターがん情報サービス「がん統計」（全国がん罹患モニタリング集計（MCJ））

<sup>3</sup> 内閣府「がん対策に関する世論調査（令和5年7月調査）」<https://survey.gov-online.go.jp/r05/r05-gantaisaku/>

<sup>4</sup> 国立がん研究センター「院内がん登録2012年10年生存率集計」（令和7年2月）

<図2 がん患者の5年相対生存率の推移（進行度別）>



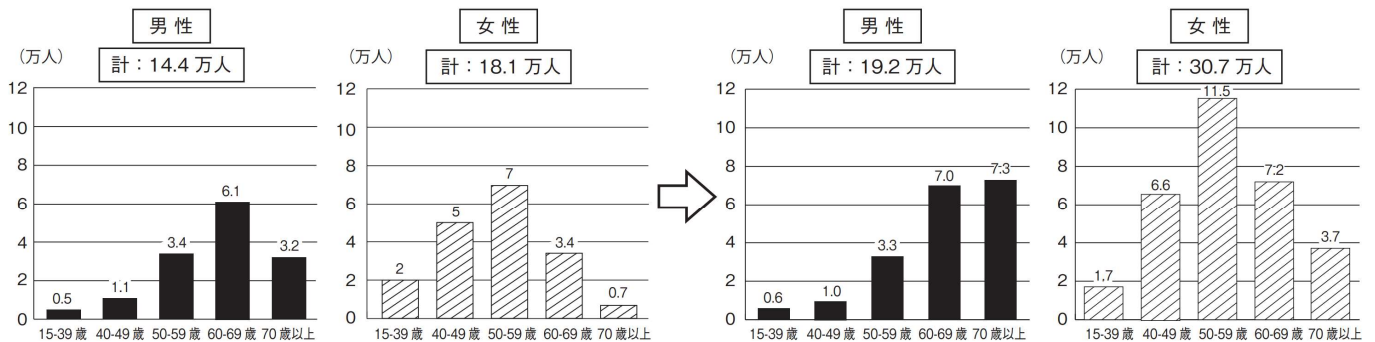
限局	原発臓器に限局しているもの
領域	所属リンパ節転移（原発臓器の所属リンパ節への転移を伴うが、隣接臓器への浸潤なし）、または沈設臓器浸潤（隣接する臓器に直接浸潤しているが、遠隔転移なし）
遠隔	遠隔臓器、遠隔リンパ節などに転移・浸潤あり

※出典：全国がん罹患モニタリング集計 2009-2011年生存率報告（国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター、2020）、独立行政法人国立がん研究センターがん研究開発費「地域がん登録精度向上と活用に関する研究」平成22年度報告書より作成

生存率の向上等に伴い、がんを抱えながら仕事を続けている労働者も多く、令和4年国民生活基礎調査に基づく推計によれば、がんの治療のため、仕事をもちながら通院している者は約49.9万人いるとされている（図3）。

<図3 仕事をもちながらがんで通院している者>

悪性新生物の治療のため、仕事をもちながら通院している者は増加傾向にある



※出典：厚生労働省「平成22年国民生活基礎調査」を基に同省健康局にて特別集計したもの  
注：仕事をもっているとは、調査月に収入を伴う仕事を少しでもしたことを行い、被雇用者のほか、自営業主、家族従事者等を含む。

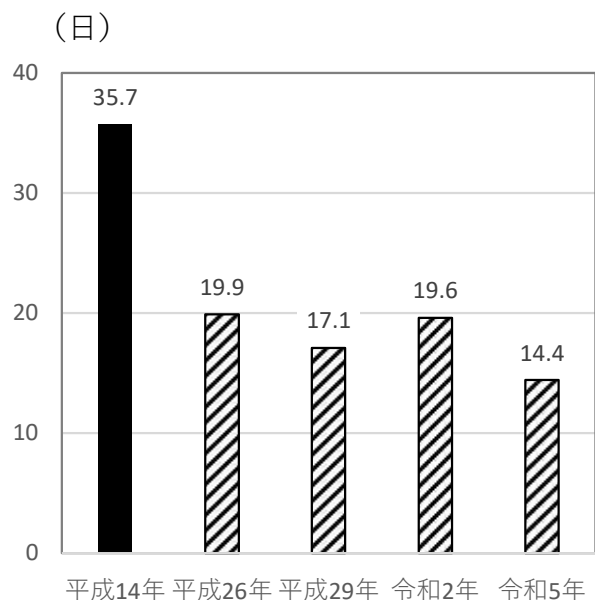
※出典：厚生労働省「令和4年国民生活基礎調査」を基に同省保険局医療課にて特別集計したもの  
注：1) 入院者は含まない。  
2) 「仕事あり」とは、調査の前月に収入を伴う仕事を少しでもしたことを行い、被雇用者のほか、自営業主、家族従事者等を含む。なお、無給で自家営業の手伝いをした場合や、育児休業や介護休業のため、一時的に仕事を休んでいる場合も「仕事あり」とする。

## (2) 入院日数の短縮化と通院治療へのシフト

近年の主ながん種の平均入院日数は短くなりつつある一方、外来患者数が増えており、通院しながら治療を受ける患者が増えている（図4、5）。

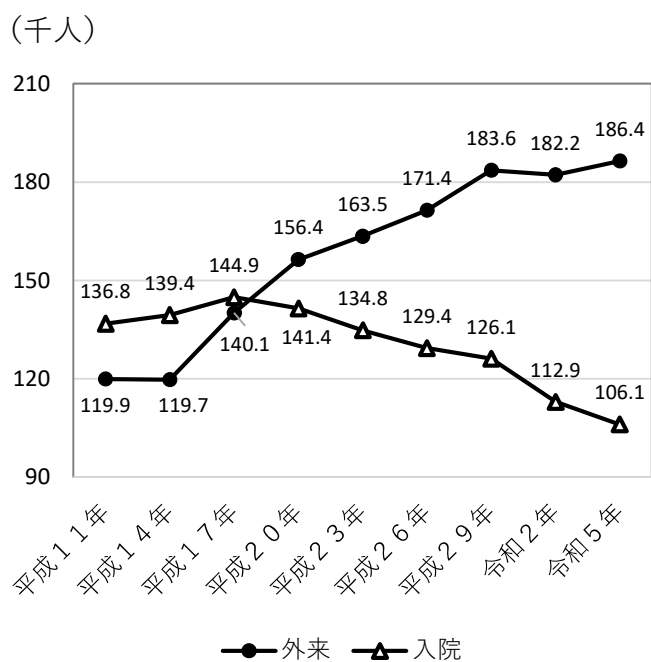
それとともに、治療の副作用や症状等をコントロールしつつ、通院で治療を受けながら仕事を続けている患者が増えてきている。

<図4 悪性新生物の退院患者における平均在院日数（病院・一般診療所）の推移>



※出典：厚生労働省「令和5年患者調査」より作成

<図5 悪性新生物の入院患者・外来患者数の推移>



※出典：厚生労働省「令和5年患者調査」より作成

### (3) 主ながん治療（3大治療）

がん治療においては、がんの種類や進行度に応じて、手術（外科治療）、薬物療法（抗がん剤治療等）、放射線治療等の様々な治療を組み合わせた「集学的治療」が提案される。薬物療法には、抗がん剤治療に加え、ホルモン療法、分子標的薬、免疫療法等も存在する。

なお、がんの種類や進行度等に応じて、現在、最良の治療として、診療ガイドラインに基づく「標準治療」が定められている。「標準治療」に準拠しながらも、治療の実際は患者ごとに適切に調整されるため、治療内容や治療スケジュールは個別に確認することが必要である。

#### <がん治療の特徴（3大治療）※1>

<p>手術 (外科治療)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手術では、がん組織や周りのリンパ節を取り除く。</li> <li>・また、取り除いた臓器や器官の再建（臓器などを取り除くことによって、損なわれた体の機能や外観を元の状態に近づけるための手術）などの処置が行われることがある。</li> <li>・手術による入院期間は、がんの種類や進行等により異なるが、2週間程度であることが多い※2。</li> </ul>
<p>薬物療法 (抗がん剤治療等)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・細胞の増殖を防ぐ薬物（細胞障害性抗がん薬、分子標的薬、ホルモン療法薬、免疫チェックポイント阻害薬）を用いた治療法で、がんが増えるのを抑えたり、成長を遅らせたり、転移や再発を防いだり、小さながんで転移しているかもしれないところを治療するためなどに用いられる。</li> <li>・手術治療や放射線治療が、がんに対しての局所的な治療であるのに対し、薬物療法は、より広い範囲に治療の効果が及ぶことを期待できる。このため、転移のあるとき、転移の可能性があるとき、転移を予防するとき、血液・リンパのがんのように広い範囲に治療を行う必要のあるときなどに行われる。</li> <li>・抗がん剤治療には主に、錠剤やカプセルなどの「のみ薬」による方法と、「点滴や注射などで血管（静脈）に直接抗がん剤を注入する方法」がある。</li> <li>・実際の治療の方法は、がんの種類、広がり、病期、ほかに行う治療や病状などを考慮して検討される。特に注射や点滴による抗がん剤治療の場合、“治療の日”と“治療を行わない日”を組み合わせた1～2週間程度の周期を設定して治療を行う。この周期になる期間を「1コース」「1クール」などの単位で数え、一連の治療として数回繰り返して行われるのが一般的である。途中で効果や副作用の様子を見ながら継続する。</li> <li>・近年では、抗がん剤の進歩や、副作用として起こる症状を緩和したり、副作用に対する治療（支持療法）が進歩してきたことから、1コース目だけ入院して、2コース目以降は外来で抗がん剤治療を行ったり、はじめから入院しないで外来で抗がん剤治療を行うことが多くなっている。</li> </ul>
<p>放射線治療</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・放射線は、細胞が分裂して増えるときに必要な遺伝子に作用して、細胞がふえないようにしたり、細胞が新しい細胞に置き換わるときに脱落する仕組みを促すことで、がん細胞を消滅させたり、少なくしたりする。放射線治療はこのような作用を利用してがんを治療する。</li> <li>・放射線治療は、がんを治すことを目的として単独で行われることもあるが、薬物療法や手術などのほかの治療と併用して行われることもある。</li> <li>・放射線治療は、体の外から放射線を当てる「外部照射」と、体の内側から、がんやその周囲に放射線を当てる「内部照射」に分けられる。両者を組み合わせて行うこともある。</li> <li>・外部照射を通院で実施する場合、全体の予定は治療計画によって異なるが、1日で終わる場合や数週間にわたって照射する場合など、様々である。一般的な治療に要する時間は、治療室に入ってから出てくるまで10～20分程度で、実際に放射線が照射されている時間は数分である。</li> </ul>

※1 参考：国立がん研究センターがん情報サービス「国立がん研究センターのがんになったら手にとるガイド」

※2 悪性新生物の退院患者における平均在院日数14.4日（病院・一般診療所）（厚生労働省「令和5年患者調査」）

## 2 両立支援に当たっての留意事項

がんの種類や進行度が同じであっても、がん治療や治療に伴う症状等は労働者によって様々であり、両立支援に当たっては、特に個別性に配慮した対応が必要とされる。

### (1) がん治療の特徴を踏まえた対応

治療や経過観察は長期にわたるとともに、治療に伴い予期せぬ副作用等が出現し、治療の内容やスケジュールの見直しがなされることがある等のことから、経過によって就業上の措置や治療への配慮の内容を変更する必要があることに留意が必要である。

労働者は、就業上の措置及び治療に対する配慮の検討・実施とフォローアップを受けることが出来るよう以下の点に留意して、事業主に対して必要な情報を提供することが望ましい。

#### ア 手術

- 手術を受ける場合には、労働者が主治医に対して入院期間、手術後に起こりやすい合併症や制限すべき動作などについて確認し、必要に応じてそれらの情報を事業主に提供することが望ましい。これらの情報は、手術を行う前に得ることが可能であり、職場復帰までのおおよその期間を見積もることができる。
- ただし、手術後の経過や合併症、後遺症の程度などには個人差があり、実際の状況は手術前と異なる可能性もあるため、合併症や制限すべき動作、療養が必要な期間等について、労働者が主治医に対して退院時等に再度確認し、必要に応じてそれらの情報を事業主に提供することが望ましい。

#### イ 薬物療法（抗がん剤治療等）

- 薬物療法を受ける場合には、労働者が主治医に対して入院の要否や治療期間、起こりやすい副作用及びその内容・程度について確認し、必要に応じてそれらの情報を事業主に提供することが望ましい。抗がん剤治療では、治療を1～2週間程度の周期で行う場合、その副作用によって周期的に体調の変化を認めることがある。分子標的薬による治療では皮膚障害や間質性肺炎など、薬剤ごとに様々な特徴があり、またホルモン治療では長期に治療が継続されていく可能性がある。これらを含めた薬物療法の中で、とりわけ倦怠感や免疫力が低下する状態が問題となるが、薬剤の種類や組み合わせごとに、いつごろどのような症状が現れやすいかある程度推測可能である。
- 一方、分子標的治療薬や免疫チェックポイント阻害薬など、薬剤に特徴的な副作用（皮膚障害、アレルギー、間質性肺炎、免疫関連有害事象など）が現れる可能性があり、治療内容や想定される副作用、初期対応や医療機関に連絡すべき状況などを、事業主は、労働者とともに確認しておくことが望ましい。
- 薬物療法を受けながら就労継続する場合は、労働者が主治医に対して起こりやすい副作用及びその内容・程度、治療スケジュールの変更の有無などを必要に応じて確認し、それらの情報を事業主に提供することが望ましい。

#### ウ 放射線治療

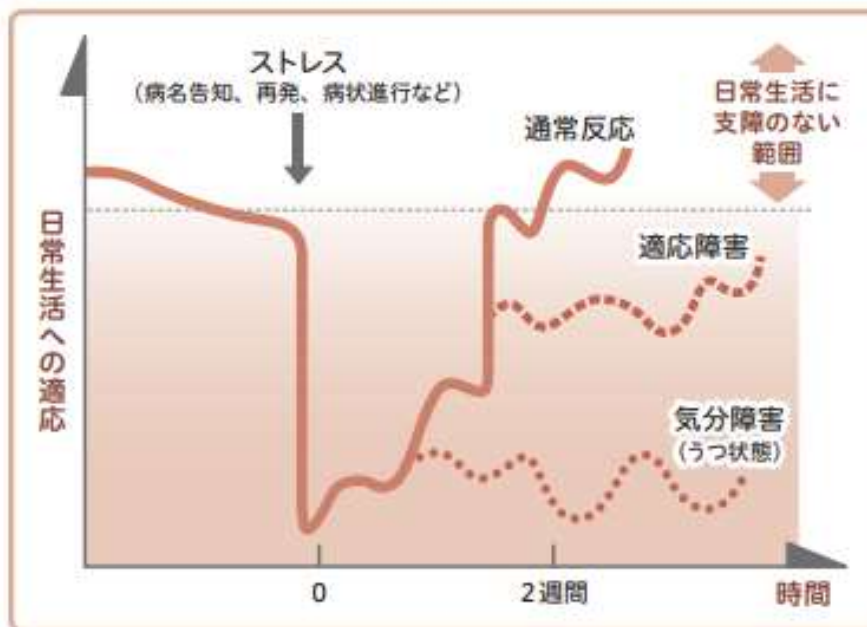
- 通院しながら放射線治療を受ける場合、基本的に連日（例えば月～金、数週間）照射を受けることが多いため、労働者が主治医に対して起こりやすい副作用及びその内容・程度、治療スケジュールを確認し、必要に応じてそれらの情報を事業主に提供することが望ましい。
- 治療中は、頻回の通院による疲労に加えて治療による倦怠感等が出現することがあるが、症状の程度には個人差が大きいいため、労働者から事業主に対してあらかじめその旨を伝達するとともに、事業主は、労働者から体調が悪い旨の申出があった場合は柔軟に対応することが望ましい。

## (2) メンタルヘルス面への配慮

がんと診断された者の多くは一時的に大きな精神的衝撃を受け、多くの場合は数週間で回復するが、がんの診断が主要因となってメンタルヘルス不調に陥る場合もある（図6）。

そのため、がんと診断された労働者のメンタルヘルス不調等の状態を把握し、治療の継続や就業に影響があると考えられる場合には、産業医や保健師、看護師等の産業保健スタッフ等と連携するなどして、適切な配慮を行うことが望ましい。

<図6 がんによるストレスへの心の反応>



※参考：国立がん研究センターがん情報サービス「国立がん研究センターのがんになったら手にとるガイド」

なお、がんと診断された者の中には、精神的な動揺や不安から、治療開始前に早まって退職を選択する場合がある<sup>5</sup>ことにも留意が必要である。

## (3) 治療の終了後の配慮

手術や薬物療法、放射線治療といったがんの治療が終了した患者の多くは、治療後も一定期間、再発を含む健康状態の確認のための診察や検査等の経過観察が必要となる。また、がんの治療が終了した患者の中には、倦怠感や手先のしびれなどの身体的な症状や気持ちの落ち込みなどの精神的な症状が現れることがあり<sup>6</sup>、それらの症状の程度や症状が出現する期間には個人差がある。こうしたことから、事業主は、フォローアップが一切不要になったと捉えるのではなく、がんの治療が終了した労働者から配慮を必要とする申出があった場合は、柔軟に対応することが望ましい。一方で、労働者が良好な健康状態を維持している場合には、通常の勤務に復帰すること等について、労働者の希望を聴取し、十分な話し合い等を通じて検討することが望ましい。

<sup>5</sup> 厚生労働省委託事業「患者体験調査報告書」（令和7年5月）

<sup>6</sup> 国立がん研究センターがん情報サービス「さまざまな症状への対応」（<https://ganjoho.jp/public/support/condition/index.html>）

### (4) がんに対する不正確な理解・知識に伴う問題への対応

がんは慢性病に変化しつつあるとはいえ、周囲が「不治の病」というイメージを持つこともある。治療と就業の両立を進めていくためには、就業上の措置及び治療に対する配慮を実施するために必要な情報に限定した上で、同僚や上司等には可能な限り情報を開示し理解を得ることが望ましい。

### (5) 遺伝情報を含めた健康情報の取扱い

個人情報保護法においては、ゲノム情報を含め、労働者の個人情報について、偽りその他不正の手段により取得することや、違法又は不当な行為を助長し、又は誘発するおそれがある方法により利用することはできず、また、労働安全衛生法に基づく健康管理のための情報であっても、労働者のゲノム情報を収集することはできない。このため、会社からの求めに応じる必要はなく、ゲノム情報を提出しないことを理由に、人事評価を低評価とするなどの不利益取扱をすることも不適切であると考えられる。

※参考：厚生労働省「ゲノム情報による不当な差別等への対応の確保（労働分野における対応）」

## 治療と就業の両立支援 脳卒中に関する留意事項

以下は、脳卒中等の脳血管疾患に罹患した労働者に対して治療と就業の両立支援を行うに当たって、治療と就業の両立支援指針の内容に加えて、特に留意すべき事項をまとめたものである。

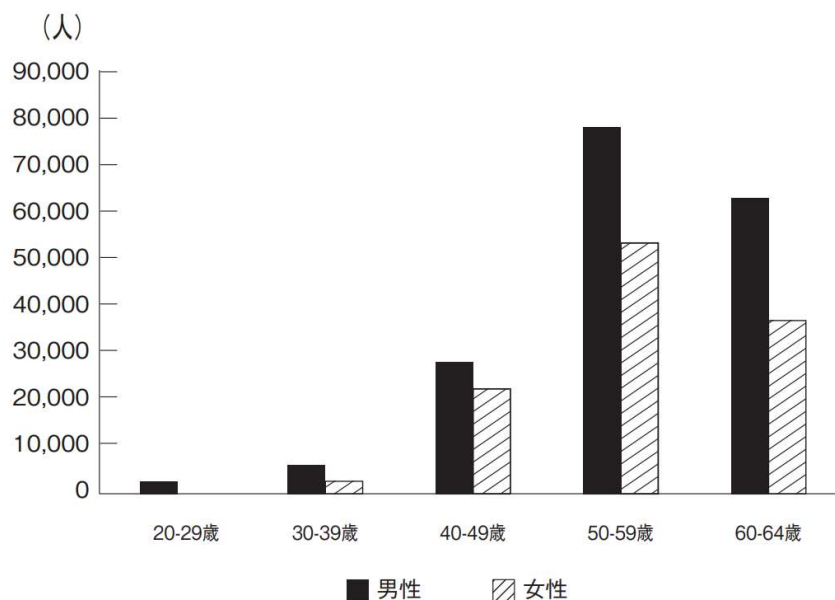
### 1 脳卒中に関する基礎情報

#### (1) 脳卒中の発症状況と回復状況

脳卒中とは脳の血管に障害がおきることで生じる疾患の総称であり、脳の血管が詰まる「脳梗塞」、脳内の細い血管が破れて出血する「脳出血」、脳の表面の血管にできたコブ（脳動脈瘤）が破れる「くも膜下出血」などが含まれる。

脳卒中をはじめとした脳血管疾患の治療や経過観察などで通院している患者数は174万人と推計されており、うち約17%（約29.5万人）が就労世代（20～64歳）である（図1）。

<図1 性別・年齢階級別脳血管疾患患者数（推計）>

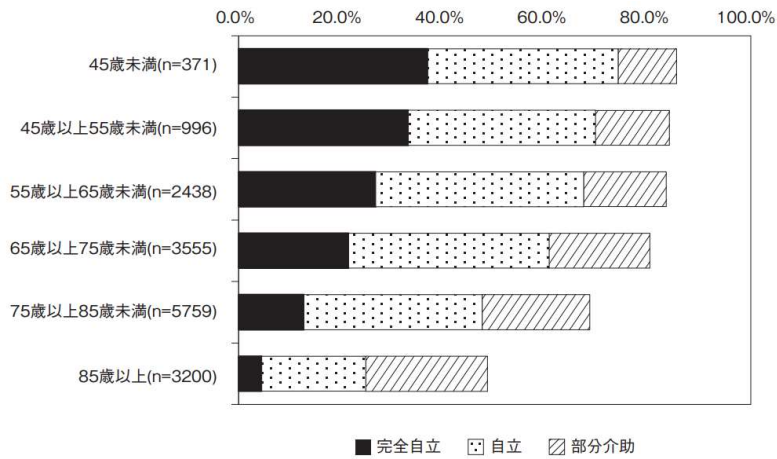


※出典：厚生労働省「令和2年患者調査」  
※患者数とは、継続的に医療を受けていると推計される人数を指す。

医療の進展等に伴い、脳卒中を含む脳血管疾患の死亡率は低下している<sup>1</sup>。一般に、脳卒中というと手足の麻痺や言語障害などの大きな障害が残るというイメージがあるが、就労世代などの若い患者においては、約7割がほぼ介助を必要しない状態まで回復するため、脳卒中の発症直後からのリハビリテーションを含む適切な治療により、職場復帰（復職）することが可能な場合も少なくない（図2）。

<sup>1</sup> 厚生労働省「平成27年人口動態統計」

<図2 脳卒中発症後の回復状況>



※出典：秋田県脳卒中発症登録データ  
 ※2008年から2012年のあいだに発症した初回脳卒中の方の退院時の自立度を示す。  
 ※完全自立：症状がないか、症状があっても日常生活や社会生活に問題がない状態、自立：麻痺などがあっても自立している状態

脳卒中を発症した労働者のうち、職場復帰する者の割合（復職率）は時間の経過とともに徐々に増えていくが、一般に、発症から3か月～6か月ごろと、発症から1年～1年6か月ごろのタイミングで復職するケースが多い。脳卒中の重症度や、職場環境、適切な配慮等によって異なるが、脳卒中発症後の最終的な復職率は50～60%と報告されている<sup>2</sup>。

## （2）脳卒中の主な経過

脳卒中の経過は主に、次の3つの段階に分けられる（図3）。

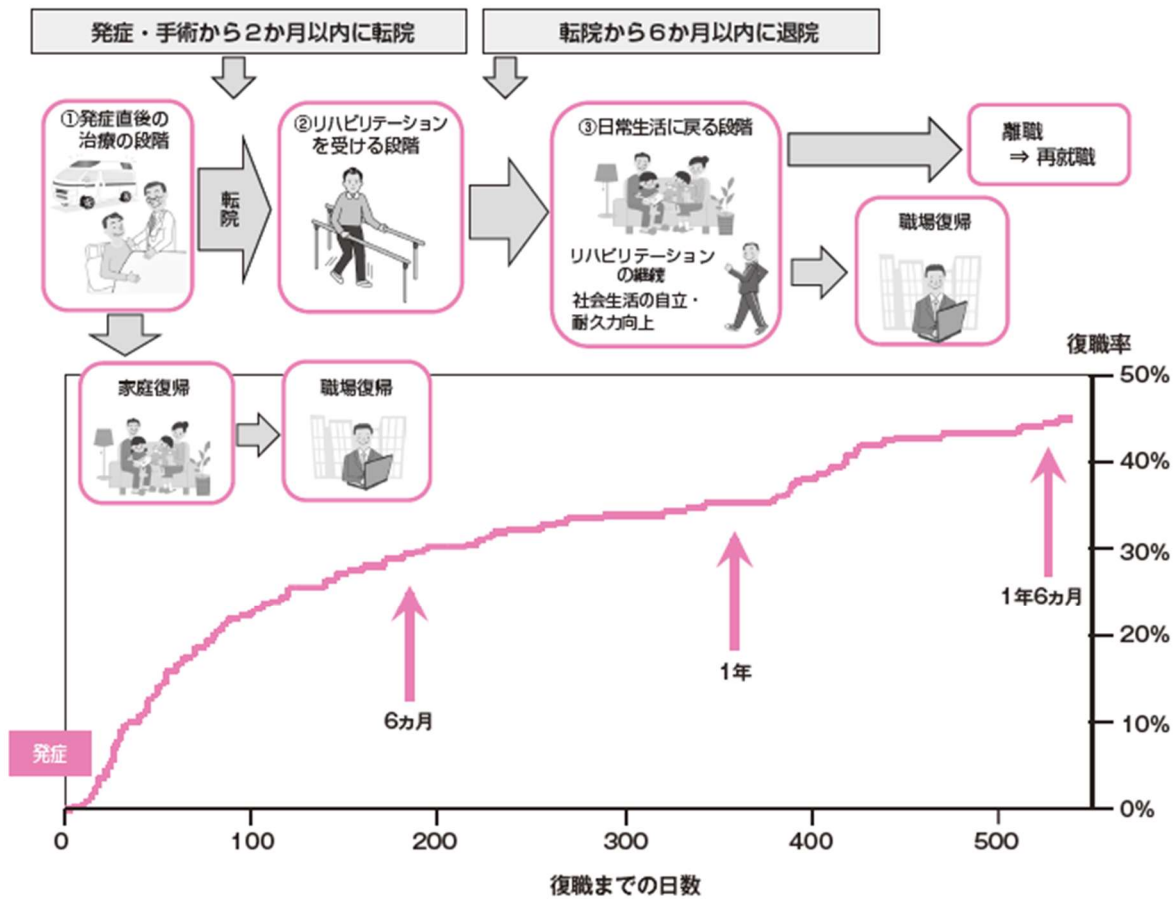
- ①発症直後の治療の段階（急性期：発症からおよそ1～2か月以内）
- ②機能回復のためにリハビリテーションを受ける段階（回復期：発症からおよそ3～6か月以内）
- ③日常生活に戻る段階（生活期または維持期：発症からおよそ6か月以降）

経過によって、入院・通院する医療機関が変わる場合がある。例えば、軽度であれば発症直後の治療を終えれば退院可能であるが、専門的なリハビリテーションが必要な場合には、リハビリテーション専門の病院に転院することが多い。

そのため、労働者によっては、治療の状況や必要な就業上の措置等について情報提供を依頼する主治医や医療機関が変わる可能性がある。

<sup>2</sup> 労災病院群での調査では復職率55%（Saeki, J Rehab Med,2010），東京女子医大グループが傷病手当診断書を基にした調査では62%（Endo, BMJ,2016）と報告されている。

<図3 脳卒中発症後の経過と復職率のイメージ>



※1 復職率：脳卒中を含む脳血管疾患の患者のうち、元の職場や会社等に職場復帰した患者の割合  
 ※2 我が国の医療制度では、脳血管疾患の患者がリハビリテーション専門の病院（病棟）に転院（転棟）する場合には、発症又は手術から2か月以内に転院（転棟）すること決められている。また、脳血管疾患の患者がリハビリテーション専門の病院（病棟）において入院可能な日数は最大150日～180日と決められている。  
 ※平成28年度治療と職業生活の両立等支援対策事業 脳血管疾患作業部会において作成

### (3) 脳卒中の主な治療

脳卒中では病気の種類や症状、障害等に応じて、手術や薬物治療、リハビリテーションが組み合わせて行われる。

一般に、脳卒中の再発予防などのために生涯にわたって薬を飲み続ける場合も多い。

また、日常生活・職場への復帰のためには発症後早期からのリハビリテーションが重要であり、過度の安静や日常活動の制限は回復の妨げになり得る。

なお、病気の種類や個々の患者の状況によって具体的な治療内容やスケジュール、治療上の注意点等は異なるため、個別に確認が必要である。

<脳卒中の主な治療法>

手術	<ul style="list-style-type: none"> <li>・くも膜下出血では、脳動脈瘤等からの再出血を防ぐ手術が行われることが多い。手術やカテーテル治療（足の付け根や肘などにある動脈から細い管を挿入し、血管の内側から行う治療）で血管にできたコブが破裂しないようにふさぐ方法などがあり、病態に応じて選択される。</li> <li>・脳出血では、周囲の脳組織への圧迫を減らすため、出血した血の塊を取り除く手術が行われることがある。</li> <li>・脳梗塞では、血管に詰まった血の塊（血栓）を取り除くカテーテル治療を行うことがある。また予防的に、狭くなった血管を拡げる手術などが行われることがある。</li> <li>・手術は脳に損傷を与えている原因（血の塊など）を除去するためのものであり、傷ついた脳そのものを元に戻すものではない。</li> </ul>
薬物治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>・脳卒中の発症直後の治療の段階（急性期）から、病気の悪化や再発の予防、あるいは早期の回復のために注射や飲み薬などで治療を開始する。</li> <li>・脳梗塞の場合、再発予防のために、抗血栓薬（血を固まりにくくする薬）による治療を生涯にわたって行うことが多い。手足の麻痺や言語の障害、痛みやしびれといった症状を改善させるわけではないが、再発予防のためには欠かせない治療であるため、調子がよいから、あるいは症状や後遺症が改善しないからといって中止しないようにすることが重要である。</li> <li>・再発予防のためには、脳卒中のリスクとなる高血圧、糖尿病、脂質異常症等に対する薬物治療も行われる。</li> </ul>
リハビリテーション	<ul style="list-style-type: none"> <li>・リハビリテーションは発症直後の急性期の段階から実施され、回復期では歩行といった日常生活動作の確立を目標に実施される。生活期（維持期）では獲得した機能を長期に維持するために行われる。</li> <li>・症状や障害の程度に応じて、理学療法（身体の基本的な動作・機能を回復させるリハビリテーション）、作業療法（食事や入浴などの、日常生活を送るために必要な機能を回復させるリハビリテーション）および言語聴覚療法（話す・聞く・読む・書くなどのコミュニケーションに関する機能を回復させるリハビリテーション）を組み合わせる。</li> </ul>

※参考：脳卒中治療ガイドライン2015

#### （４）脳卒中に伴う障害

脳卒中の発症後、手足の麻痺や言語の障害などが残る場合がある。運動機能等の低下が認められた場合には医療機関等においてリハビリテーションが実施されるが、一般的に運動機能はおおよそ発症から3～6か月までに顕著に回復し、それ以降はあまり変化が見られなくなる。ただし、言語機能などは1年を経過して徐々に改善する傾向がある。結果的に残存した機能低下を「障害」という。

障害の中には、手足の麻痺などの目にみえる障害のほか、記憶力の低下や注意力の低下など、一見して分かりづらい障害（高次脳機能障害）もある。

「障害がある＝病気が治っていない」という概念は当てはまらない点に注意が必要であり、「障害があるが病気（脳卒中）は落ち着いており、生活や就業には支障がない状態」があることを理解する必要がある。

## 2 両立支援に当たっての留意事項

### (1) 再発等予防・治療のための配慮

脳卒中では病状が安定した後でも、再発予防のために継続した服薬や定期的な通院等が必要である。継続した服薬や通院が必要である場合には、労働者は主治医に通院頻度や服薬回数、服薬に伴い出やすい副作用及びその内容・程度について確認し、必要に応じてそれらの情報を事業主へ提供することが望ましい。

事業主は、労働者から服薬や通院等に関する申出があった場合には、必要に応じて配慮することが望ましい。また、経過によって、痛みやしびれなどの症状（慢性疼痛など）や記憶力の低下、注意力の低下など（高次脳機能障害）が後遺症として残る可能性もあり、就業上の措置を要する場合があることに留意が必要である。職場復帰や就労継続に際し、労働者は、あらかじめ主治医に出やすい症状やその兆候、注意が必要な時期等について確認し、必要に応じてそれらの情報を事業主へ伝達することが望ましい。

事業主は、労働者から体調の悪い旨の申出があった場合には柔軟に対応するなど配慮することが望ましい。

### (2) 障害特性に応じた配慮

転院や退院等で、病院や主治医が変わるタイミングは、労働者と事業主が情報共有する機会として有用である。

労働者によっては、障害が残る場合もあり、期間の限定なく就業上の措置が必要になる場合がある。障害の有無や程度に関しては、発症からおよそ3～6か月後には、ある程度予測可能であるため、労働者は主治医に障害の有無や程度、職場で配慮した方がよい事項について確認し、必要に応じて事業主に情報提供することが望ましい。

事業主は、産業医や保健師、看護師等の産業保健スタッフ等と連携するなどして、障害の程度や内容に応じて、作業転換等の就業上の措置を行うことが求められる。

事業主は必要に応じて地域障害者職業センターや障害者就業・生活支援センターなどに助言を求めることも可能である。

障害の中には、記憶力の低下や集中力の低下など一見してわかりづらいものがあり、周囲の理解や協力が得られにくい場合もある。事業主は、就業上の措置や治療に対する配慮を実施するために必要な情報に限定した上で、労働者本人から、または労働者本人の同意のもと、産業医や保健師、看護師等の産業保健スタッフ等から上司・同僚等に情報を開示するなどして、理解を得るよう対応することが望ましい。

### (3) 復職後の職場適応とメンタルヘルス

脳卒中を発症し、手足の麻痺や言語の障害、痛みやしびれといった後遺症を有する労働者の中には、職場復帰後、発症前の自身とのギャップに悩み、メンタルヘルス不調に陥る場合もある。メンタルヘルス不調は、職場復帰の直後だけではなく、数か月後に生じる場合もある点に注意が必要である。

労働者のなかにはメンタルヘルス不調などにより、早まって退職を選択する場合があることに留意する。

## 治療と就業の両立支援 肝疾患に関する留意事項

以下は、肝疾患に罹患した労働者に対して治療と就業の両立支援を行うに当たって、治療と就業の両立支援指針の内容に加えて、特に留意すべき事項をまとめたものである。

### 1 肝疾患に関する基礎情報

#### (1) 肝疾患の発生状況

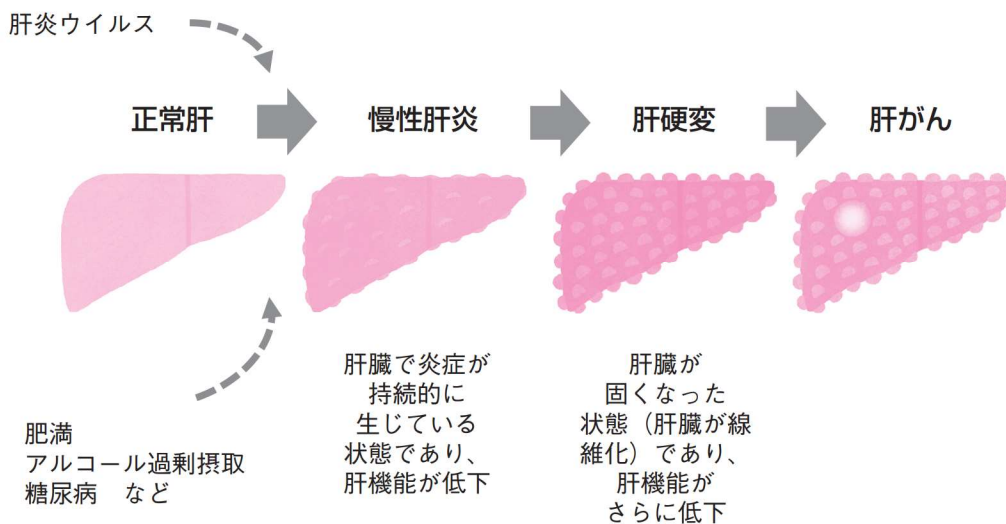
肝臓は、身体に必要な様々な物質をつくり、不要になったり、有害であったりする物質を解毒、排泄するなど、生きていくために必須の臓器である。

肝臓は再生する能力が高く、病気がある程度進行しないと自覚症状が現れないため、「沈黙の臓器」と呼ばれている。そのため、症状が出るころには、肝硬変など病気が進行した状態となっている場合がある（図1）。

肝臓の機能は、一般定期健康診断等で行う血液検査において正常かどうか分かる。検査項目のうちAST（GOT）やALT（GPT）は肝臓の細胞が壊れると上昇し、 $\gamma$ -GTPは飲酒や肥満で上昇することから、これらを測定することは肝疾患の早期発見につながる。

肝疾患は長期間にわたると肝がんを併発する頻度が高く、その原因や進展度に応じた間隔で、腹部超音波などの画像検査とがん発見のための血液検査を実施する必要がある。

<図1 肝疾患の経過>



※イラスト出典：肝炎情報センター

肝疾患の主な原因としては、肝炎ウイルスの感染（ウイルス性肝炎）と、肥満、糖尿病、飲酒などによる肝臓への脂肪蓄積（脂肪性肝疾患）が多いが、免疫の異常による場合（自己免疫性疾患）もある。

これらの疾患等により、就労世代の15.8%が肝機能検査において異常を認めている<sup>1</sup>。

<sup>1</sup> 労働安全衛生法に基づく一般定期健康診断において、肝機能検査に有所見のあった者の割合（有所見率）。令和4年定期健康診断結果調

<主な肝疾患>

主な疾患	概要
肝炎ウイルスによる肝疾患	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ B型肝炎ウイルスやC型肝炎ウイルスなどにより、肝臓に炎症が生じ、肝臓の細胞が壊れる病気。</li> <li>・ B型肝炎ウイルスによる肝炎をB型肝炎、C型肝炎ウイルスによる肝炎をC型肝炎と呼ぶ。(肝炎ウイルスにはA～G型があるが、慢性化するのには主にB型、C型である。)</li> <li>・ 肝炎ウイルスに感染しているかどうかの診断には、一般定期健康診断等における血液検査とは別に、肝炎ウイルス検査を受けることが必要である。</li> </ul>
脂肪性肝疾患	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 肥満、糖尿病、アルコール過剰摂取などの生活習慣が原因で、肝臓の細胞に脂肪がたまる病気。脂肪肝から脂肪性肝炎、肝硬変へと進行することがある。</li> <li>・ 血液検査や超音波検査などで病気かどうか分かる。</li> </ul>
自己免疫性肝疾患	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 免疫機能に異常が生じ、自身の肝臓を誤って攻撃してしまい、肝臓に障害が出る病気。</li> </ul>

## (2) 主な肝疾患の治療

肝疾患の場合、病気があまり進行しておらず、症状が出ていない段階であっても、通院による治療や経過観察が必要な場合がある。

いずれの肝疾患においても、アルコールや肥満などは肝機能障害のリスクとなるため、食事療法や運動療法が重要である。過度の運動制限・安静などはむしろ病気を悪化させる場合がある。

ウイルス性肝炎に薬物療法を行う場合は注射薬や飲み薬による治療が行われ、定期的な通院が必要となる。C型肝炎においては、従来の治療法（インターフェロン治療）よりも副作用が少なく、治療効果の高い治療法（インターフェロンフリー治療）が受けられるようになっている。

病気が進行し、肝臓の機能低下によって倦怠感、食欲不振、浮腫などの症状が出てくると、これらの症状を軽減するための治療も並行して行われる。その際は運動制限や安静などが必要な場合もある。

肝がんを併発した場合にはその治療を行うが、一度治療が終了した後も、繰り返し治療が必要になる場合もある。

治療法や治療に伴う副作用等は、肝疾患の原因や進行度によっても異なるため、個別に確認が必要である。

<主な肝疾患の治療法>

肝疾患共通	<ul style="list-style-type: none"> <li>・食事療法・運動療法による、生活習慣の改善が治療の基本となる。</li> <li>・肥満に対しては標準体重を目標として、食事療法と運動療法で減量するように努める。</li> </ul>
肝炎ウイルスによる肝疾患に対する治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>・原因となるウイルスに対して、注射薬や飲み薬による治療を行う。</li> <li>・治療終了後も肝がん等の発生がないかを確認するため、定期的な経過観察のための通院が必要である。</li> <li>・注射によるインターフェロン治療の場合は週に1回、半年～1年間の通院が必要になったり、入院したりする場合がある。</li> <li>・B型肝炎では飲み薬を生涯にわたって服用する治療が一般的であるが、注射によるインターフェロン治療を行ったりする場合がある。</li> <li>・C型肝炎では、近年、飲み薬のみのインターフェロンフリー治療が主流化しており、3か月～半年の治療が多い。</li> </ul>
自己免疫性肝疾患に対する治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>・免疫異常に対して、飲み薬による治療を行う場合がある。</li> </ul>
肝がんに対する治療	<ul style="list-style-type: none"> <li>・肝切除（がんとその周囲の肝臓の組織を手術によって取り除く治療）や、体の外から針を刺してがんを焼灼するラジオ波焼灼療法、カテーテルを用いて肝臓がんを養う動脈から抗がん剤を注入したり、動脈を人工的にふさいでがんの成長を止める治療（肝動脈化学塞栓療法）、抗がん剤の内服による治療、肝移植などがある。</li> <li>・抗がん剤の内服は通院しながら行えるが、他の治療法は入院が必要である。</li> <li>・ラジオ波焼灼療法は比較的体への負担が小さく、手術に比べて短期間で社会復帰できる場合が多いが、その他の治療法では入院期間が長期になることもある。</li> </ul>

※参考：日本肝臓学会発行「肝臓病の理解のために」、肝炎情報センター掲載情報、がん情報サービスから作成

## 2 両立支援に当たっての留意事項

### (1) 肝疾患の特徴を踏まえた対応

#### ア 一般的な対応

- 肝疾患は、病気があまり進行しておらず、症状が出ていない段階であっても、通院による治療や経過観察が必要である。治療を中断すると病気や症状が急激に悪化する場合があるため、労働者から通院等への配慮の申出があれば、事業主は、海外出張や不規則な勤務を避ける等、必要な配慮を検討し、対応することが望ましい。
- 飲み薬による治療では、薬を飲むタイミングが一定でないこと（食事と食事のあいだ、空腹時など）もあるため留意する。
- 注射によるインターフェロン治療では、一時的に副作用が現われることがあるため、体調等への配慮の申出があれば、柔軟に対応することが望ましい。
- 一般に、過度な安静は不要であり、適度な運動を行うことで体力の維持、肝臓への脂肪沈着の予防などの効果が見込まれることにも留意する。
- 治療終了後も、肝がん等への進行がないかを確認するため、定期的な経過観察のための通院が必要となる場合もある。事業主は労働者からの通院に関する申出があれば、配慮することが望ましい。

## イ 肝硬変の症状がある場合の対応（倦怠感、食欲不振、浮腫など）

- 治療中は一般に、過度な安静は不要であるが、倦怠感や食欲の低下等により体力が低下したり、病気の進行度によっては安静が必要なこともある。事業主は労働者から体調が悪い等の申出があれば、配慮することが望ましい。
- なお、病状が進行すると、記憶力の低下や瞬時の判断が遅れるなどの症状が出ることもある。そうした場合には、身体的な負荷は小さくとも車の運転など危険を伴う作業は控える等の措置が必要なこともあるため、個別に確認が必要である。

## ウ 肝がんの労働者への対応

- 肝がんに移行すると、通院による治療だけでなく、入院を伴う治療も必要となる。また、一度治療が終了しても、経過によっては繰り返し治療が必要になることがある。事業主はこうしたことを念頭に置き、状況に応じて配慮することが望ましい。

## （2）肝疾患に対する不正確な理解・知識に伴う問題への対応

慢性化するB型及びC型肝炎ウイルスは血液を介して感染するものである。そのため、会話や握手、会食（一緒に食事をする）など、通常の日常生活や就業の範囲では感染することはほとんどない。

しかしながら、周囲が感染のリスクについて誤った認識を持つことがあり、就業の継続のための理解や協力が得られない場合もある。このため、事業主は日頃から、疾患に関する正しい知識の啓発や環境の整備等を行うことが重要である。

また、労働者が就業上の措置や治療に対する配慮を求める場合、事業主は労働者本人の意向を十分に確認し同意を得て、配慮の結果、負荷がかかる同僚や上司等には、配慮を実施するために必要な限度で、情報を提供できるよう努める。

### <利用可能な支援機関>

- ・肝疾患に関する情報は肝炎情報センター、肝疾患診療連携拠点病院・肝疾患相談支援センター等にお問い合わせ下さい。

名称	概要
肝炎情報センター	肝炎情報センターは肝炎診療の均てん化・医療水準の向上をさらに全国的に推進するため、インターネット等による最新の情報提供等を行う。 ※詳細は下記URLをご参照下さい。 ( <a href="https://www.kanen.jihs.go.jp/about/index.html">https://www.kanen.jihs.go.jp/about/index.html</a> )
肝疾患診療連携拠点病院	肝炎患者等が、居住地域にかかわらず適切な肝炎医療を受けられるよう、地域の特性に応じた肝疾患診療体制を構築するため整備が進められてきた病院(令和7年4月1日現在で47都道府県・72拠点病院)であり、肝疾患に係る一般的な医療情報の提供や医療従事者や地域住民を対象とした研修会・講演会の開催や肝疾患に関する相談支援等を行う。 ※詳細は下記URLをご参照下さい。 ( <a href="https://www.kanen.jihs.go.jp/cont/060/hosp.html">https://www.kanen.jihs.go.jp/cont/060/hosp.html</a> )
肝疾患相談支援センター	都道府県が指定する肝疾患連携拠点病院において、肝疾患相談支援センターを設置している。同センターには相談員（医師、看護師等）を設置し、患者及び家族等からの相談等に対応するほか、肝炎に関する情報の収集等を行う。また、保健師や栄養士を配置し、食事や運動等の日常生活に関する生活指導や情報提供を行う。 ※詳細は下記URLをご参照下さい。 ( <a href="https://www.kanen.jihs.go.jp/cont/060/center.html">https://www.kanen.jihs.go.jp/cont/060/center.html</a> )

- ・各種助成制度があるので都道府県、最寄の保健所や拠点病院等までお問い合わせください。

## 治療と就業の両立支援 難病に関する留意事項

以下は、いわゆる難病と呼ばれる各種疾病に罹患した労働者に対して治療と就業の両立支援を行うに当たって、治療と就業の両立支援指針の内容に加えて、特に留意すべき事項をまとめたものである。

### 1 難病に関する基礎情報

#### (1) 難病の定義と患者数等

いわゆる「難病」とは、発病の機構が明らかでなく、治療法が確立していない希少な疾病であって、当該疾病にかかることにより長期にわたり療養を必要とすることとなる疾病を指す。

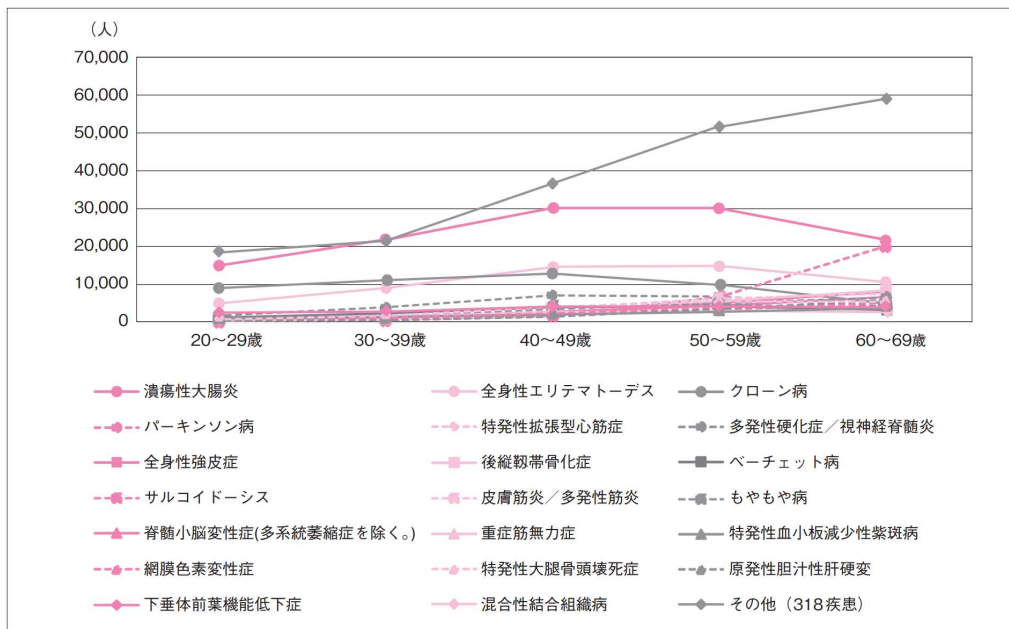
難病と呼ばれる疾病の一部は医療費助成の対象となっており、その疾病の数は300以上にのぼり、日常生活への影響が大きいものから小さいものまで様々である<sup>1</sup>。

国から医療費の助成を受けている患者は令和4年度末時点には全国で約105万人、そのうち59.8%（63万人）が就労世代（20～69歳）である<sup>2</sup>（図1）。また、医療費助成の対象でない患者を含めると、より多くの難病患者が存在する。就労世代では潰瘍性大腸炎や全身性エリテマトーデスといった疾病が多いが、その他にも様々な疾病があり、発症年齢も多様である。

治療技術の進歩に伴い、難病を抱えていても、症状をコントロールしながら就労することが可能な場合があり、難病患者の56%が就労しているとの報告もある<sup>3</sup>。

なお、難病患者の就労に当たっては、事業主は労働者が難病に罹患していることを把握した場合は、障害者雇用促進法<sup>4</sup>に基づき、労働者に対し職場において支障となっている事情がないか確認を行い、その事情の有無に応じて、本人の希望や難病の症状の特性等を踏まえた合理的な配慮を講ずることとされている。

＜図1 年齢階級別難病患者数＞



※出典：厚生労働省「令和4年度衛生行政報告例」（令和4年度末時点）

<sup>1</sup>「難病の患者に対する医療等に関する法律（平成26年5月30日法律第50号）」第5条に規定される医療費助成の対象となるのが「指定難病」である。「指定難病」とは、難病のうち、当該難病の患者数が本邦において厚生労働省令で定める人数に達せず、かつ、当該難病の診断に関し客観的な指標による一定の基準が定まっていることその他の厚生労働省令で定める要件を満たすものであって、当該難病の患者の置かれている状況からみて当該難病の患者に対する良質かつ適切な医療の確保を図る必要性が高いものとして、厚生労働大臣が厚生科学審議会の意見を聴いて指定するものをいう。

<sup>2</sup>厚生労働省「令和4年度衛生行政報告例」における特定医療費受給者証所持者数（令和4年度末時点）。

<sup>3</sup>独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構障害者職業総合センター「難病のある人の雇用管理の課題と雇用支援のあり方に関する研究」（平成23年4月）

<sup>4</sup>「障害者の雇用の促進等に関する法律」（昭和35年法律第123号）。難病のため長期にわたり、職業生活に相当の制限を受け、又は職業生活を営むことが著しく困難な者は、障害者雇用促進法上の障害者に含まれるため、障害者に対する差別の禁止や合理的配慮の提供義務の対象となっている。合理的配慮の提供を行うに当たっての基本的な考え方については、「合理的配慮指針」（平成27年厚生労働省告示第117条）に規定されている。

<就労世代に多い主な難病>

主な疾患	概要
潰瘍性大腸炎、クローン病	<ul style="list-style-type: none"> <li>潰瘍性大腸炎は大腸の粘膜に、クローン病は口から肛門まで全消化管に、慢性の炎症や潰瘍を生じる、原因不明の病気。</li> <li>主な症状に消化器機能の症状（腹痛や下痢、血便等）等がある。</li> <li>薬物治療等の継続により普段通りの生活を続けることができるが、一時的に症状が悪化する場合があり、特にクローン病では入院を必要とする場合もある。一般に病気を理由に仕事を制限することはないが、過労や過度のストレスで増悪することもあるため、疲れを残さないよう注意が必要である。</li> </ul>
全身性エリテマトーデス	<ul style="list-style-type: none"> <li>免疫機能に異常が生じ、自分自身を誤って攻撃してしまい、全身に様々な症状が出る病気。</li> <li>主な症状に疲れやすさ、発熱、関節痛等がある。</li> <li>薬物治療の継続が必要で、日によって体調が変わりやすいという特徴があり、精神的、身体的なストレスを避けることが重要である。</li> </ul>
パーキンソン病	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動機能に関する症状が出る病気。</li> <li>主な症状にふるえが続いたり、動作が遅くなったり、姿勢保持が難しくなる、といった症状がある。</li> <li>運動、睡眠、食事、薬が基本である。健康維持のために適度な運動が必須であり、過度な安静や仕事の制限は健康や体調維持の妨げとなる。</li> </ul>

※参考：難病のある人の雇用管理マニュアル（<http://www.nivr.jeed.or.jp/download/kyouzai/kyouzai56.pdf>）、難病に罹患した従業員の就労支援ハンドブック（平成26年度厚生労働科学研究費補助金（政策科学総合研究事業）（H26-政策-若手-013）「職域における中途障害者の実態調査とそれに基づく関係者間の望ましい連携のあり方に関する研究」）、難病情報センターから作成

(2) 難病における症状

多くの難病に共通する主な症状として「全身的な体調の崩れやすさ」があり、全身的な疲労や倦怠感、痛み、発熱、集中力の低下等、最初は外見からは分かりにくい症状として表れる。これらの症状は、休憩や休暇による疲労回復、早期の通院・治療の必要性の目安となる。

その他、難病には、疾病に応じて様々な症状があり、症状の経過や疾病の進行に伴って、障害が残る場合もある。また、治療に伴い、顔がむくむ、免疫力が低下する、全身倦怠感が生じるなどの副作用が現れることがある。

定期的な検査や治療の継続、日々の体調管理により、ほぼ症状のない状態を維持できる場合も多いが、それでも日によって症状や体調に変動が生じる場合や、常になんらかの症状が出ている場合もある。

ただし、症状や障害がある場合であっても、作業環境や作業内容を変えることで就業の継続が可能であることが多い。

なお、症状の有無や程度は、疾病や治療の状況、個人により差がある点に留意が必要である。

<多様な症状や障害>

共通してみられやすい症状（例）	個別の疾病によってみられる症状や障害（例）
<ul style="list-style-type: none"> <li>全身的な体調の崩れやすさ                             <ul style="list-style-type: none"> <li>－気力・体力の低下、疲れやすさ、発熱等</li> </ul> </li> <li>労作時の動悸・息切れ、筋力低下等</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肢体不自由、麻痺、運動失調（動作がぎこちなくなること）</li> <li>下痢、下血、腹痛</li> <li>免疫力の低下</li> <li>皮膚の潰瘍・水疱</li> <li>視覚障害、弱視、視野欠損、色覚異常</li> <li>動作や姿勢の制限（首が回りにくい等）</li> <li>日光過敏（日光による肌荒れ、発疹、かゆみ等）</li> <li>体温調整の難しさ</li> <li>複視（物が二重に見えること）</li> <li>口の渇き・ドライアイ</li> </ul>

※参考：独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構障害者職業総合センター「難病の症状の程度に応じた就労困難性の実態及び就労支援のあり方に関する研究」（平成27年4月）から作成

### (3) 難病における治療

難病に対しては、根治につながるような治療方法が確立されていないため、症状を抑えたり、進行を緩やかにするための治療が行われる。症状が安定している時期でも、症状悪化の予防のため、服薬や自己注射等の日々の自己管理が必要である。また、疲労や体調に応じて早めに休憩や休暇をとる、睡眠や食事、服薬等の体調管理を行う、必要に応じて、早めに医療機関を受診したりすることも重要である。

さらに、月1回程度～数か月に1回程度は、経過観察のために検査を受けたり、治療等を行ったりするために、定期的な通院が必要である。体調悪化時の治療や、新たな治療法のために、一時的に入院して集中的に治療を行う場合もある。

## 2 両立支援に当たっての留意事項

### (1) 難病の治療の特徴を踏まえた対応

#### ア 治療への配慮

- 症状や体調が安定していても定期的な通院等は必要であり、治療や経過観察の中断は症状の悪化、病気の急激な進行につながる可能性がある。また、一時的に入院して集中的に治療を行う場合もある。
- そのため、事業主は、労働者から通院や入院に関する申出があった場合には、柔軟に対応することが望ましい。

#### イ 症状や障害の特性に応じた配慮

- 難病では多くの場合、体調が崩れやすいという問題があるため、就業による疲労が蓄積しないように休息をとりやすくする等、体調を維持しやすくするような配慮を行うことが特に望ましい。
- また、疲労等の症状は外見からは分かりにくく、日によって体調が変動することもある。そのため、事業主は労働者と定期的に面談するなど、労働者から症状・体調の悪化について適時申出しやすい環境を整えることが望ましい。また、労働者から体調への配慮の申出があった場合は、休憩を確保する等、柔軟に対応することが望ましい。
- 症状や障害は様々であるが、作業環境や作業内容を変えることで就業の継続が可能であることが多い。症状や障害に応じた配慮としては、例えば以下のようなものが考えられるが、必要な配慮は業務内容や治療の状況、労働者によって異なるため、個別に確認が必要である。労働者本人とよく話し合い、必要に応じて主治医や産業医等の意見を勘案しながら対応を検討することが望ましい。

#### <症状や障害に応じた配慮の例>

症状や障害	配慮の例
関節や筋肉の痛みがある場合	勤務時間中の移動距離が短くなるように配慮する
下痢、腹痛などが強い場合	突然の腹痛等に対応できるようにトイレに行きやすいように配慮する
日光過敏（日光による肌荒れ、発疹、かゆみ等）がある場合	直射日光の当たりにくい場所に席を変更する
視覚障害がある場合	拡大鏡や音声ソフト等の支援機器を活用する
体温調整が難しい場合	寒さに弱い方に対して体温調整のしやすい服装を認める、室温を調整する
肢体不自由がある場合	広い作業スペースを確保する、整理整頓を行い転倒の原因となる物を床に置かない

- 視覚障害、肢体不自由、人工肛門等の身体障害がある場合や、人工透析や酸素療法等を行っている場合は、障害者雇用支援の制度・サービスを活用して、支援機器の導入や設備改善を行うことも考えられる。

#### ウ その他

- 進行性の難病の場合には、今後の症状の進行の見通しを踏まえて、長期的な視点から職種や働き方について労働者と話し合いをすることが望ましい。

## (2) メンタルヘルスへの配慮

難病を抱える労働者の中には、体調の変動に戸惑ったり、治療と就業のバランスや今後のキャリアについて悩み、メンタルヘルス不調に陥る場合もある。

難病の場合、外見から分かりにくい症状が多いため、就業上の措置や配慮について職場の理解が得られにくく、労働者が就業で無理をするなどして体調悪化につながったり、離職の原因になったりする場合もあることに留意が必要である。

難病の多くは、ストレスの蓄積が症状の悪化につながる。メンタルヘルスへの配慮は、症状や体調の安定にもつながることに留意が必要である。

## (3) 難病に対する不正確な理解・知識に伴う問題への対応

難病については、「働くことはできないのではないか」「働かせると危ないのではないか」といった先入観を持たれやすかったり、体調が日によって変動することについて理解が得られにくい場合があることから、就業の継続のための協力が得られにくい場合もある。このため、事業主は、上司や同僚等に対し、難病を抱える労働者に対する配慮の内容や必要性について理解が得られるよう、正しい知識を啓発することが重要である。

## (4) 遺伝情報を含めた健康情報の取扱い

個人情報保護法においては、ゲノム情報を含め、労働者の個人情報について、偽りその他不正の手段により取得することや、違法又は不当な行為を助長し、又は誘発するおそれがある方法により利用することはできず、また、労働安全衛生法に基づく健康管理のための情報であっても、労働者のゲノム情報を収集することはできない。このため、会社からの求めに応じる必要はなく、ゲノム情報を提出しないことを理由に、人事評価を低評価とするなどの不利益取扱をすることも不適切であると考えられる。

※参考：厚生労働省「ゲノム情報による不当な差別等への対応の確保（労働分野における対応）」

## < 情報提供サイト・利用可能な支援機関 >

・ 難病に関する情報や難病患者の就労に関する相談は、以下の機関で受け付けています。

### < 情報提供サイト >

名称	概要
難病情報センター	難病の各疾患の解説や、各種制度の概要や相談窓口、連絡先などについてインターネットで広く情報提供を行う。 ※詳細は下記URLをご参照下さい。 ( <a href="https://www.nanbyou.or.jp/">https://www.nanbyou.or.jp/</a> )

<難病患者の就労に関する相談窓口>

名称	概要
ハローワーク	<p>ハローワークに難病患者就職サポーターを配置し、難病相談支援センター等と連携しながら、就職を希望する難病患者に対する症状の特性を踏まえたきめ細やかな就労支援や、在職中に発病した患者の雇用継続等の総合的な支援を行っている（全国51か所で実施）。</p> <p>※詳細は下記URLをご参照下さい。            ▶厚生労働省ウェブサイト（難病患者の就労支援 事業主の方へ）            (<a href="https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000146556.html">https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000146556.html</a>)</p>
難病相談支援センター	<p>難病の患者に対する医療等に関する法律に基づき都道府県と指定都市が運営している。難病の患者の療養や日常生活上の様々な問題について、地域の様々な支援機関と連携して支援を行う。</p> <p>※詳細は下記URLをご参照下さい。            (<a href="https://www.nanbyou.or.jp/entry/1361">https://www.nanbyou.or.jp/entry/1361</a>)</p>
保健所・保健センター	<p>保健所では、指定難病の医療費助成の申請受付を行っている。また、きめ細やかな支援が必要な要支援難病患者に対する適切な在宅療養支援が行えるよう、地域の医療機関、市町村福祉部局等の関係機関との連携の下に、患者やその家族の抱える日常生活上及び療養生活上の悩みに関する相談や指導を行ったりしている。</p> <p>また、市町村役場・保健センターでは、障害福祉サービスの実施や相談対応などを行っている。</p> <p>※詳細は下記URLをご参照ください。            (<a href="https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/hokenjo/index.html">https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/hokenjo/index.html</a>)</p>

## 治療と就業の両立支援 心疾患に関する留意事項

以下は、心疾患に罹患した労働者に対して治療と就業の両立支援を行うに当たって、治療と就業の両立支援指針の内容に加えて、特に留意すべき事項をまとめたものである。

心疾患は、治療後通常の生活に戻り、適切な支援が行われることで職場復帰できるケースが多く存在するが、治療法や治療後の心機能によっては継続して配慮が必要な場合もある。また、職場復帰後は再発予防に努めることも重要である。事業主は、疾患や経過を正しく理解した上で、労働者の病状や業務内容などを踏まえて個別に就業上の措置等を検討することが重要である。

### 1 心疾患に関する基礎情報

#### (1) 心疾患の発生状況

心臓は一日約10万回、弱い電流が流れることで収縮・拡張を繰り返し、全身に血液を送り出すポンプの役割をしている。心疾患には、脈の乱れを起こす病気や、冠動脈や心臓弁の病気、先天性の心臓病など様々なものが含まれる。代表的な疾患に「虚血性心疾患」「不整脈」等があり、また、様々な疾患が原因となって生じる「心不全」と呼ばれる病態がある。

＜心疾患の代表的な疾患・病態および症状＞

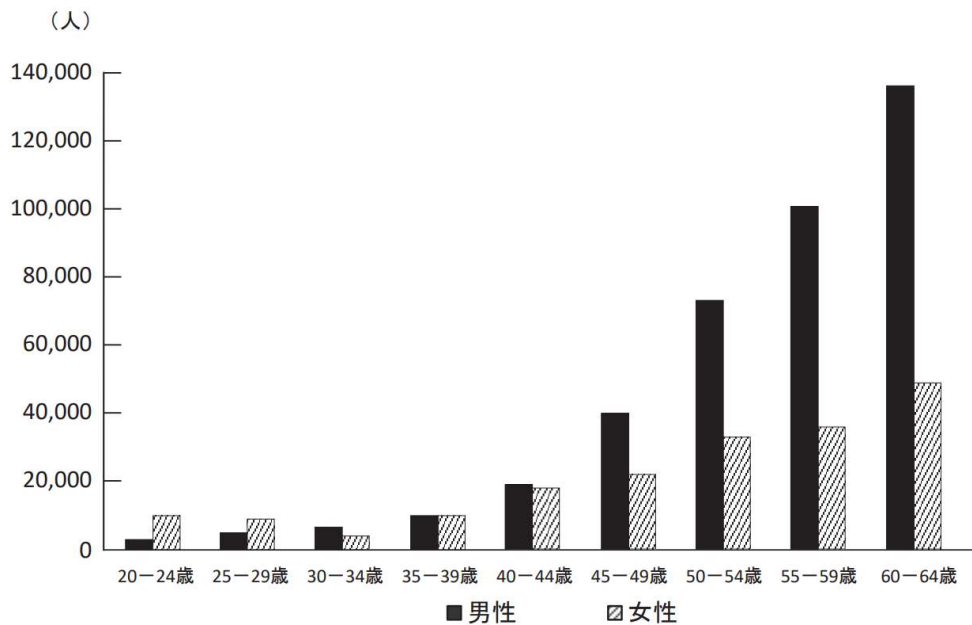
主な疾患・病態	概要	症状
虚血性心疾患 (狭心症・心筋梗塞)	<ul style="list-style-type: none"> <li>冠動脈が動脈硬化等で狭くなることで、血流が悪くなり(虚血)、心筋に必要な酸素や栄養が十分にいき渡らない状態。</li> <li>「狭心症」は冠動脈が細くなり血液の流れが悪くなった状態、「心筋梗塞」は血液が流れなくなり心臓の組織が壊死して、心機能が低下した状態を指す。</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="font-size: small;">※出典：厚生労働省「スマート・ライフ・プロジェクト」</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>狭心症：階段を上ったり、重い物を持ち上げたりする動作に伴って、胸の痛み、胸の締め付けや圧迫感が、1～5分程度続く。</li> <li>急性心筋梗塞：突然、締め付けられるような激しい胸の痛みが生じ、冷や汗、吐き気といった症状が10分～数時間程度続く。</li> </ul>
不整脈	<ul style="list-style-type: none"> <li>脈がゆっくり打つ、速く打つ、不規則に打つ状態。</li> <li>運動や精神的興奮による生理的なものと、誘因なく発生する病的なものがある。</li> <li>病的な不整脈は心臓に流れる電流の発生源や伝達経路に異常があることで生じる。</li> </ul> <div style="text-align: center;">  </div> <p style="font-size: small;">※出典：心房細動週間ウェブサイト</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>程度が軽ければ自覚症状を伴わないことも多い。</li> <li>脈が速いと、動悸、胸痛や不快感などを生じることがある。</li> <li>脈が極端に遅い／速いと、ポンプ機能がうまく働かないため、息切れ、ふらつき、めまいや失神を生じることがある。</li> </ul>

主な疾患・病態	概要	症状
心不全	<ul style="list-style-type: none"> <li>・心臓が全身に血液を送り出すポンプ機能が低下した状態。</li> <li>・心筋梗塞や狭心症、不整脈、弁膜症、高血圧、先天性心疾患など様々な疾患が原因となる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・坂道や階段を昇るときに、息切れや動悸を生じ、疲れやすくなる。</li> <li>・足がむくんだり、急に体重が増えたりする。</li> <li>・咳、痰が出たり、横になると呼吸が苦しくなる。</li> </ul>

※参考：国立循環器病研究センター病院「患者の皆様へ 病気について」、日本心臓財団「心臓病の知識」から作成

虚血性心疾患をはじめとした心疾患の患者数は約306万人であり<sup>1</sup>、そのうち19%（58.3万人）が就労世代（20～64歳）である（図1）。日常生活に復帰できるまでの期間や日常生活への影響は、治療法や心機能等によって様々である。

< 図1 性別・年齢階級別心疾患患者数（推計） >



※出典：厚生労働省「令和2年患者調査」  
 ※患者数とは、継続的に医療を受けていると推定される人数をさす。

## (2) 心疾患の経過

心疾患は治療法や年齢、生活習慣など様々な要因によって予後が異なるため、疾患名や印象で判断しないことが重要である。

治療法や心機能等によって経過や予後は異なるが、通常の生活に復帰できるケースも多く、心疾患によって休職した労働者のうち93.8%が復職したとの報告もある<sup>2</sup>。

入院期間は、病状や治療法によって様々であり、退院後に一定期間自宅療養を必要とする場合もある。

<sup>1</sup> 令和2年患者調査

<sup>2</sup> 独立行政法人労働政策研究・研修機構 調査シリーズNo.180「病気の治療と仕事の両立に関する実態調査」

### (3) 主な心疾患の治療

疾患の種類や心機能等によって治療法は様々であるが、代表的な治療法には下表のようなものがある。

<心疾患の主な治療法>

治療法	対象疾患	概要
カテーテル治療	・虚血性心疾患 (狭心症・心筋梗塞)	・足の付け根や手首などの動脈から細い管(カテーテル)を挿入し、バルーンやステントを使って冠動脈の狭くなった部分を拡張させる。 ・一般的に、外科手術(開胸手術)に比べて入院期間は短い。
	・不整脈	・心臓に挿入したカテーテルの先から高周波を流して、不整脈の原因となっている部分を焼く(アブレーション)。
外科手術(開胸手術)	・虚血性心疾患 (狭心症・心筋梗塞) ・弁膜症 ・先天性心疾患等	・一般的に、人工心肺を用い一時的に心臓を止めて心臓の手術を行う。 ・冠動脈疾患については人工心肺を用いず、心臓を止めない手術も行われている。 ・順調に経過すると、術後1か月程度で日常生活に復帰することができる。 ・手術の際に切開する胸骨は、癒合(骨がつくこと)するまで3か月程度かかる。
デバイス植込み (ペースメーカー・ICD等)	・不整脈等	・不整脈の種類や症状等に応じたデバイスを体内に植え込む。手術は局所麻酔で行われることが多い。 ・脈が遅い人(徐脈)の場合、遅くなった自分の脈を補うペースメーカーを植え込む。 ・致命的な不整脈を生じうる場合、それを感知して止める植込み型除細動器(ICD)を植え込む。
薬物療法	・虚血性心疾患 (狭心症・心筋梗塞) ・不整脈 ・心不全	・症状の悪化や再発を予防するために、カテーテル治療など他の治療と組み合わせて、薬を服用する。 ・薬の服用は毎日、かつ長期にわたることが多い。

※参考：国立循環器病研究センター「循環器病情報サービス」から作成

治療法によっては、生涯にわたって通院や服薬が必要な場合があるため、就労に際して配慮が必要なケースがある。

虚血性心疾患は、喫煙や食事等の生活習慣が発症や悪化の原因となるため、治療を開始してからは医師や保健師、産業医の指示のもとに保健指導を行い、禁煙や食習慣の改善等に努めることが望ましい。

## 2 両立支援に当たっての留意事項

心疾患の場合、入院期間を経て通常の生活に復帰できるケースでは、就労に際して事業主側の特別な配慮が必要でないことも多い。しかし、服薬や通院など、就労に際して継続的な配慮が必要となる場合もあるため、事業主は以下の「(1) 心疾患の経過の特徴を踏まえた対応」に示す基本的な考え方にに基づき、柔軟な対応を検討することが重要である。

心疾患では、下記の「病状・経過に影響しうる業務の例」のように、業務が症状・経過に影響を及ぼすケースがある一方、「業務に影響しうる経過・治療内容の例」に示すように、経過や治療内容が業務に影響を及ぼすこともある。そのため、事業主は、勤務情報提供書<sup>3</sup>を活用して必要な情報を提供した上で、主治医等の意見や治療内容を確認し、就業上の措置を検討することが望ましい。

### <主治医等に意見を確認することが特に重要な例>

病状・経過に影響しうる業務の例	業務に影響しうる経過・治療内容の例
<ul style="list-style-type: none"> <li>・重量物の運搬等の身体負荷の高い業務</li> <li>・暑熱環境での作業</li> <li>・寒暖差の激しい環境での作業</li> <li>・深夜勤務</li> <li>・不規則な勤務</li> <li>・長時間の残業</li> <li>・精神的緊張を伴う業務</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・虚血性心疾患や不整脈で、心機能が不良の場合</li> <li>・不整脈等の疾患の治療のために、デバイス植込みをしている場合</li> <li>・高齢等の理由により身体機能が低下している場合</li> </ul>

### (1) 心疾患の経過の特徴を踏まえた対応

#### ア 基本的な考え方

- 治療法や経過、業務内容によっては、特別な配慮が不要なケースもあるため、就業の可否などを疾患名だけで判断することは望ましくない。
- 治療内容や経過によって、必要な就業上の措置等は様々である。さらに職場環境によっても措置内容が変わるため、労働者の作業内容や職場環境について主治医に十分な情報提供を行い、医学的観点から意見を求めることが重要である。
- 就業上の措置や治療への配慮により、再発・増悪、突然死等のリスクを低減させることは重要であるが、リスクをゼロにすることは難しい。リスクの低減策を継続した上で、残存リスクについて事業主と労働者が共通認識を持つこと、労働者の就業上の不安について双方が話し合えることが望ましい。
- なお、事業主が労働者の疾患や治療に関する情報を取得した場合には、疾病の悪化・再発予防と本人および周囲の安全確保の観点から、事業主は本人の了解を得た上で、主治医、産業医等から就業上の措置の検討に必要な情報を収集することが望ましい。

#### イ 疾患共通の対応

- 治療法や経過によって、長期間にわたって服薬や通院が必要になる場合がある。治療中断は再発・増悪の危険性を高めるため、労働者から服薬や通院等に関する配慮の申出があれば、事業主は服薬や通院が続けられるよう配慮することが望ましい。
- 事業主は、受動喫煙の防止や、心身に過度な負荷のかかる業務や作業環境を避けるなど、再発予防に努めることが望ましい。

<sup>3</sup> 勤務情報提供書は、主治医が労働者の業務に関する情報を踏まえた上で、就業継続の可否や就業上の措置、治療に対する配慮について意見を述べることであり、労働者自らの仕事に関する情報を主治医に提供するために作成するものである。

## ウ 疾患・症状に特有の対応

### 《虚血性心疾患》

- 開胸手術など身体にかかる負担の大きい治療の場合、一定期間身体負荷を避ける必要がある。運動再開は、胸骨が癒合する3か月程度が目安となる。治療後の心機能に応じて段階的に通常業務に移行することが可能である。
- 手術後、継続的に服薬が必要となるケースでは、労働者から通院等への配慮の申し出に対して事業主は柔軟に対応することが望ましい。
- 重症度に応じて、運動の制限等について主治医の指示が出ることがあるため、労働者を通じて主治医から情報を取得する。

### 《不整脈》

- デバイス植込みを行った場合、数日で日常生活に復帰できることが多いが、術後1か月程度は植込み側の腕を大きく上に挙げないよう、動作制限が指示される場合もある。
- ペースメーカーの場合、術後の動作制限解除後は、ペースメーカー植込みによる身体活動の制限はほとんどない。ただし、別途運動の制限等について主治医の指示が出ることがあるため、労働者を通じて主治医から情報を取得する。
- ICD植込みの場合、原則として自動車の運転は禁止されるが、ICDの作動状況によっては、医師による診断書を運転免許センターまたは警察署に提出し、公安委員会の判断により運転が可能となる場合がある。
- ペースメーカー、ICDともに電磁波や伝導電流等、植込みデバイスの動作に障害をきたす電磁干渉（強い磁石、発電機、モータ等）は避ける必要がある。産業医等から依頼があった場合や労働者が職場環境に不安がある場合には、主治医に相談し、作業場所の電磁界測定を行うことも検討する。影響のない範囲であればデバイス植込みを理由とした就業制限は不要である<sup>4</sup>。

### 《心不全》

- 動悸、息切れ、疲れやすい等の症状が見られる場合には、重量物の運搬や暑熱環境など身体に過度な負担がかかるような業務は避ける必要がある。
- 心不全の原因は多様であり、心不全の原因となっている疾患やその重症度によっては、運動の制限等について主治医の指示が出ることがあるため、労働者を通じて主治医から情報を取得する。

## (2) メンタルヘルスへの配慮

- デバイス植込み等を行った場合、労働者の生活の質が低下したり、抑うつや不安の兆候が増加したりするとの報告もあることに留意する<sup>5,6,7</sup>。
- 心疾患とうつ病を併発している場合、その後の健康状態に悪影響をもたらす<sup>8,9</sup>ため、治療後の就労については、労働者と相談するなどして個別に就業上の措置を検討することが望ましい。
- 労働者と事業主双方の不安を軽減するためにも、主治医、産業医等に相談しながら再発・増悪、突然死等のリスクを正しく理解し、双方が共通認識を持つことが重要である。

<sup>4</sup> 日本循環器学会「ペースメーカー、ICD、CRTを受けた患者の社会復帰・就学・就労に関するガイドライン（2013年改訂版）」

<sup>5</sup> Suyama-Chishaki A et al.: Quality of Life and Psychological Factors in Patients with Implantable Cardioverter Defibrillator. J Arrhythmia 23 269-276, 2007

<sup>6</sup> Chishaki A et al.: Quality of life in patients with implantable cardioverter defibrillator. HEART 3 Original Vol.41 No.6 635-641, 2009

<sup>7</sup> Suraj K et al.: Psychopathology in Patients with ICDs over Time: Results of a Prospective Study. PACE 33 198-208, 2010

<sup>8</sup> Dickens C, McGowan L, Percival C, et al : New onset depression following myocardial infarction predicts cardiac mortality. Psychosom Med 70 : 450-455, 2008

<sup>9</sup> Lesperance F, Frasere-Smith N, Juneau M, et al : Depression and 1 -year prognosis in unstable angina. Arch Intern Med 160 : 1354-1360, 2000

### (3) 心疾患に対する不正確な理解・知識に伴う問題への対応

- 事業主は、診断名だけで、「予後が悪い」「就業できない」と判断することは適切でない。労働者を通じて治療法や心機能等についての情報を主治医から取得し、就業上の措置を判断することが重要である。
- 業務内容と病状によって個別に対応が異なるため、支援の過程では上司や監督者への十分な説明と理解が重要である。事業場に産業保健スタッフ（産業医、保健師等）が在籍している場合は、産業保健スタッフと協力して疾患に関する正しい理解を促すことが望ましい。

#### <情報提供サイト>

・心疾患に関する情報は、以下で入手できる。

#### <情報提供サイト>

名称	概要
国立循環器病研究センター 循環器病情報サービス	循環器病に関する主な疾患や治療法、日常生活での注意や気になる症状や検査の結果が出た際の対処法などの情報提供が行われている。 ※詳細は下記URLをご参照下さい。 ( <a href="https://www.ncvc.go.jp/hospital/pub/knowledge/">https://www.ncvc.go.jp/hospital/pub/knowledge/</a> )
公益財団法人日本心臓財団	疾患別の解説や医学用語の用語集、過去の相談事例等、心疾患に関する情報提供が行われている。 ※詳細は下記URLをご参照ください。 ( <a href="https://www.jhf.or.jp/check/">https://www.jhf.or.jp/check/</a> )
一般社団法人日本循環器学会 一般のみなさまへ	心疾患などの様々な疾患について分かりやすく解説されている。現在は6種類ほどであるが、今後、各疾患情報ページを順次拡大予定。 ※詳細は下記URLをご参照ください。 ( <a href="http://www.j-circ.or.jp/sikkanpg/">http://www.j-circ.or.jp/sikkanpg/</a> )

## 治療と就業の両立支援 糖尿病に関する留意事項

以下は、糖尿病に罹患した労働者に対して治療と就業の両立支援を行うに当たって、ガイドラインの内容に加えて、特に留意すべき事項をまとめたものである。

糖尿病は定期的な通院への配慮などがなされれば、おおむね通常と変わりなく就業を継続することができる疾患である。一方、自覚症状に乏しく、治療中断につながりやすい。そのまま放置すると重症化や合併症の発症につながるため、治療の継続が重要である。

糖尿病の治療と就業の両立のためには、労働者自らが医師の指示に基づいて治療を継続し、適切な生活習慣に努めることが重要である。一方で、事業主は定期健康診断により有所見者を把握していることから、健康と安全の確保のため、治療が適切になされるよう支援することも重要である。

糖尿病は必ずしも生活習慣のみが原因で発症、悪化するものではない。糖尿病に対する誤った理解や知識から、職場における理解・協力、必要な配慮等が妨げられる場合がある。労働者から支援の申出があった場合、事業主は、上司・同僚等に対して病気に対する正しい知識を啓発するなど、職場における配慮の在り方等についての必要な情報を提供することが望ましい。

### 1 糖尿病に関する基礎情報

#### (1) 糖尿病の原因と患者数

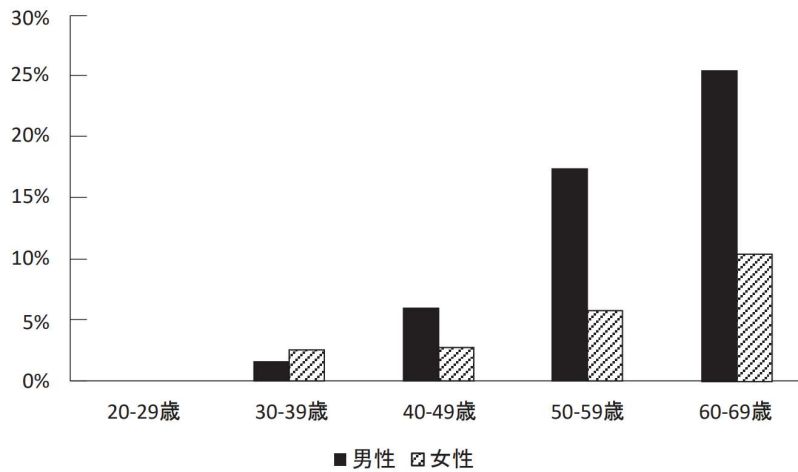
糖尿病は膵臓で作られるインスリンというホルモンの不足や作用低下によって血液中のブドウ糖の濃度（血糖値）が高い状態が慢性的に続く疾患であり、発症の原因によって大きく1型と2型に分けられる。糖尿病の発症には食事や運動などの生活習慣が影響している場合があるが、必ずしも生活習慣のみが原因で発症するものではない。

＜糖尿病の種類＞

種類	概要
1型糖尿病	・インスリンをつくる膵臓の細胞が壊れ、インスリンが分泌されないことが原因で起きる糖尿病。
2型糖尿病	・遺伝的な影響でインスリンが十分につくられなかったり、食べ過ぎや運動不足などの生活習慣の影響でインスリンの効果が効きにくい状態になったりすることが原因で起きる糖尿病。

各性・年齢階級における「糖尿病が強く疑われる人<sup>1</sup>」の割合は以下のとおりである。

<図1 性別・年齢階級別糖尿病が強く疑われる者の割合>



※出典：厚生労働省「令和元年国民健康・栄養調査」（20～69歳）

就労世代のうち12.7%が血糖検査において異常を認めているが<sup>2</sup>、一般定期健康診断等で行う血液検査（空腹時血糖やHbA1c）により、糖尿病の発症リスクや糖尿病の疑いを把握し、早期に予防・治療を開始することが可能である。

## （2）糖尿病の症状・経過

糖尿病は多くの場合自覚症状が少ないが、治療を中断するなどして血糖値が高くなると、喉が渇く、尿の回数が増える、体重が減る、疲れやすくなる、といった症状が出る。さらに血糖値が高くなると、意識障害を起こす場合もある。

また、血糖値が高い状態が長く続くと血管が傷つき、視力低下などの3大合併症を発症するほか、脳卒中や心筋梗塞など、動脈硬化性疾患を引き起こすリスクが高まる（図2）。

<糖尿病の3大合併症>

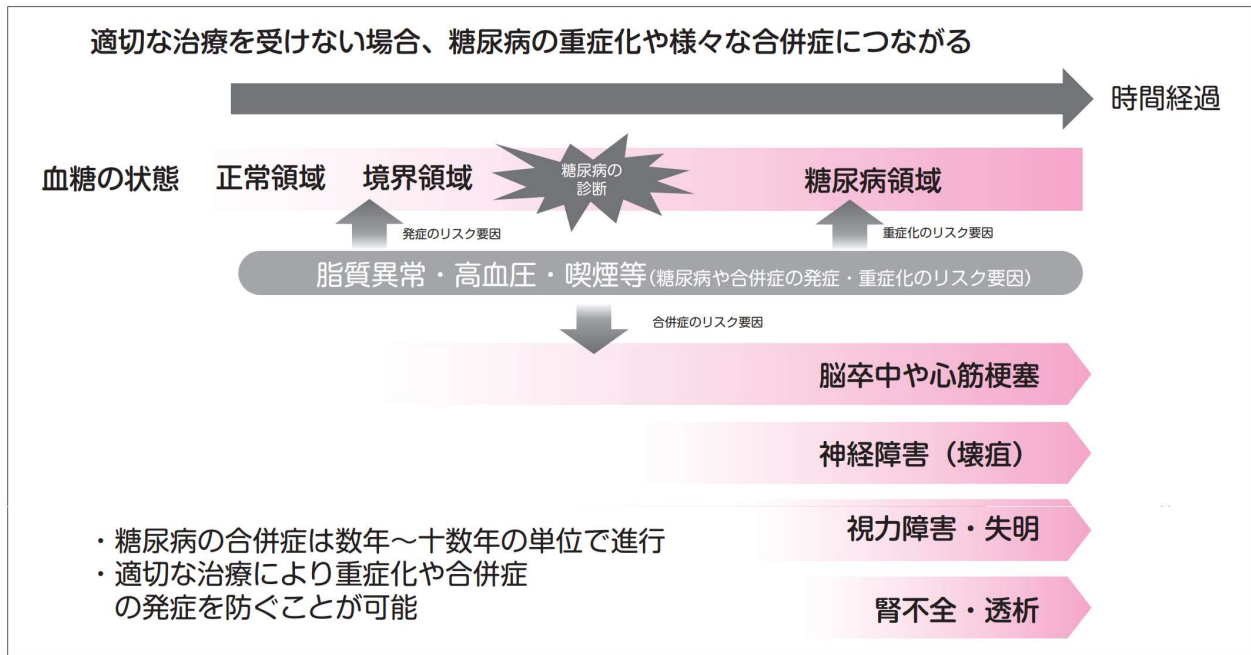
合併症	概要
糖尿病性神経障害	・手足のしびれや感覚が鈍くなるなどの症状がみられる。
糖尿病性網膜症	・目の中の血管が傷ついて視力が低下する。 ・状態が悪化すると、失明の恐れがある。
糖尿病性腎症	・腎臓の働きが悪くなる。 ・状態が悪化すると、人工透析を行う必要がある。

※参考：厚生労働省「スマート・ライフ・プロジェクト」から作成

<sup>1</sup> 「糖尿病が強く疑われる人」とは、国民健康・栄養調査において、「ヘモグロビンA1cの測定値がある者のうち、ヘモグロビンA1c（NGSP）値が6.5%以上（平成23年まではヘモグロビンA1c（JDS）値が6.1%以上）又は「糖尿病治療の有無」に「有」と回答した者」を示す。  
なお、ヘモグロビンA1c（HbA1c：ヘモグロビンエーワンシー）はヘモグロビンのうち糖が結合したものの割合を指し、過去1、2か月分の血糖値の平均を反映する。ヘモグロビンは、赤血球の中にあり、血液中の酸素を運搬する役割を担っている。ヘモグロビンは作られて壊されるまでの間（約120日）に、血液中の糖にさらされて、ヘモグロビンの一部が糖と結合する。血液中の糖の濃度が高いと、全体のヘモグロビンのうち、糖が結合したものの割合が高くなる。

<sup>2</sup> 労働安全衛生法に基づく一般定期健康診断において、血糖検査に有所見のあった者の割合（有所見率）。令和4年定期健康診断結果調

<図2 糖尿病と合併症>



※令和元年度治療と職業生活の両立支援対策事業 糖尿病作業部会において作成

適切な治療や定期的な通院が継続されていれば、糖尿病を抱えていても、通常と変わりなく生活や就業の継続が可能である。

一方、就労世代（20～59歳）の「糖尿病が強く疑われる人」のうち、治療を受けていない者<sup>3</sup>は30.2%にのぼる（令和元年）<sup>4</sup>。治療を開始しなかったり、治療を中断したりすると、糖尿病の重症化や合併症を招く。これらを予防するためにも、定期的な通院による経過観察や治療を継続することが重要である。

受診中断の背景には様々な理由があるが、仕事が忙しいといった理由が上位に挙げられている<sup>5</sup>。事業主は、労働者の健康と安全の確保の観点から、労働者の状況に応じて、適切な治療が行われるよう支援するとともに、労働者自身による生活習慣の見直しを支援することが望まれる。労働者自身においても、主治医の指示に基づいて治療を継続し、生活習慣を適正化する等の取組が重要である。

### （3）糖尿病の治療

糖尿病は、病気の種類や進行度に応じた治療が行われる。

治療により血糖値が正常となった場合でも、重症化や合併症の予防のために定期的な通院や治療が生涯にわたって必要となる場合が多い。

食事療法や運動療法は糖尿病の重症化予防のためにも重要である。過度の運動制限や安静は病気を悪化させる場合がある。

薬物療法として、飲み薬や注射薬による治療がある。薬の種類は一人ひとりの状態に応じて決められ、そのタイミングも様々である。

いずれの治療の場合も、定期的な通院が必要となる。通院頻度は一般に1～2か月に1回程度であるが、状態が落ち着いている場合は3か月に1回程度の場合もある。ただし、病気の状態や治療内容によって異なるため、個別に確認が必要である。

<sup>3</sup> 「治療を受けていない者」は、国民健康・栄養調査において、身体状況調査票の問診「現在糖尿病の治療の有無（通院による定期的な検査や生活習慣の改善指導を含む）」に「無」と回答した者を示す。

<sup>4</sup> 令和元年国民健康・栄養調査

<sup>5</sup> 糖尿病受診中断対策包括ガイド（厚生労働科学研究「患者データベースに基づく糖尿病の新規合併症マーカーの探索と均てん化に関する研究-合併症と受診中断抑止の視点から」2019年）

<糖尿病の主な治療法>

<p>食事療法・運動療法</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・血糖値のコントロールのためには食事療法や運動療法による生活習慣の改善が重要となる。</li> <li>・特に2型糖尿病では、食事と運動の改善を行うことから始める。</li> </ul>
<p>薬物療法</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・薬物療法には飲み薬と注射薬がある。</li> <li>・注射薬は自身でお腹や太ももなどに注射する「自己注射」を行う。</li> <li>・また、自身で微量の血液を採取し、血糖測定器と呼ばれる機器を用いて、血糖値を測定する必要がある場合がある。</li> <li>・自己注射や血糖値の測定は、衛生的な環境で行うことが望ましい。</li> <li>・1型糖尿病の場合は薬物療法が必須となる。2型糖尿病の場合は、食事療法と運動療法のみでは不十分な場合、薬物療法を行う。</li> </ul>

※参考：国立国際医療研究センター「糖尿病情報センター」、公益社団法人日本糖尿病協会から作成

## 2 両立支援に当たっての留意事項

### (1) 糖尿病の特徴を踏まえた対応

#### ア 一般的な対応

- 糖尿病は、適切な治療や定期的な通院がなされていれば、特段の就業制限は不要である。
- 糖尿病と診断された場合には、治療初期の段階から、定期的な通院による治療の継続が必要である。労働者から通院等への配慮の申出があった場合、事業主は、必要な配慮を検討し、対応することが望ましい。
- 薬物療法を行い、自己注射が必要である場合など、労働者から衛生的な環境やプライバシーが確保できる環境について申出があった場合には、柔軟に対応するなど配慮することが望ましい。
- 低血糖や高血糖の状態に陥ることを防ぐために、食事や薬を規則正しく摂る、間食を必要とする等の場合がある。食事や薬のタイミング等は個別に異なることから、労働者本人とよく話し合い、必要に応じて主治医や産業医等の意見を勘案しながら対応を検討することが望ましい。
- 適度な運動を行うことで、血糖値を正常に保ちやすくなるなどの効果が見込まれる。

#### イ 低血糖、シックデイの対応

- 薬物療法をしている場合で、食事が少ないか食事が遅れた場合や、運動量が多い場合などに、血糖値が下がりすぎること（低血糖）がある。低血糖の状態になると、空腹感、発汗、動悸、手の震え、だるさ、眠気などの症状が出たりするが、この段階で糖分摂取、食事を摂るなどすることにより、重症化は回避できる。ただし、さらに血糖が低下すると、意識がもうろうとなる、けいれんを起こすなど重症化し、救急受診が必要である。日ごろから低血糖を防ぐために、規則正しく食事をしたり、場合によっては間食を必要とする場合がある。
- インフルエンザなどの感染症にかかるなど、体調不良の際（通常「シックデイ」と呼ぶ。）は、低血糖または高血糖を起こしやすい。体調不良時の対処方法は個別に異なるため、労働者はあらかじめ対処法について主治医の指導を受けることが重要である。
- 低血糖になった場合や体調不良時（シックデイ）の場合は、主治医の指示に従って適切に対処することが重要である。そのため事業主は、労働者があらかじめ主治医の指示を得られるよう、通院への配慮を行うとともに、必要に応じて職場における対処方法を確認することが望ましい。

#### ウ 糖尿病により業務に影響が生じる可能性がある場合の対応

- 低血糖や高血糖の状態になった場合、集中力の低下などの症状が出ることがある。糖尿病や治療の状況によっては、車の運転や高所での作業など、危険を伴う作業を控える等の措置が必要となる場合がある。
- ただし、すべての労働者がそうした措置が必要とは限らず、治療によって糖尿病の状態も変わることから、個別に糖尿病の状態を確認し、主治医や産業医等の意見を十分に勘案した上で、対応を検討することが望ましい。

<糖尿病により業務に影響が生じる可能性がある場合の配慮の例>

業務内容	配慮
単独での作業	・重度の低血糖や高血糖を起こしやすい場合、まわりに他の労働者がいない状況での作業を避ける
高所作業や車の運転など危険を伴う作業	・主治医や産業医の意見を十分に勘案し、必要に応じて制限を行う

エ 業務の内容が糖尿病に影響を及ぼす可能性がある場合の対応

- 過度の疲労の蓄積や不規則な食事、空腹時の激しい運動や水分不足は、低血糖など体調不良を招きやすい点に留意が必要である。
- 食事が不規則になりやすい夜勤や交替制勤務、脱水に陥る可能性がある暑熱環境での作業などに従事する場合には、労働者と十分に話し合い、必要に応じて主治医や産業医等の意見を勘案しながら、就業上の措置や配慮を検討することが望ましい。

<業務の内容が糖尿病に影響を及ぼす可能性がある場合の配慮の例>

業務内容	配慮
連続作業時間が長い作業（会議など含む）	・低血糖になりやすい場合、間食を認める
暑熱環境での作業	・作業前に体調確認を行い、適時水分・塩分の摂取を促す
交替制勤務や夜間勤務での作業	・労働者本人や職場とよく話し合った上で、休憩時間の確保や勤務間インターバルなどの実施を検討する

(2) 糖尿病に対する不正確な理解・知識に伴う問題への対応

糖尿病は必ずしも生活習慣のみが原因で発症するものではないが、糖尿病に対する誤った理解や知識から「生活がだらしないから糖尿病になった」といった先入観をもたれやすい。そのため、労働者から支援の申出がなされにくい、就業継続のための理解・協力が得られにくく、配慮等の実施の妨げとなる等の場合がある。また、「低血糖発作を起こす場合があり危険ではないか」等の理由から、過度に就業制限が行われる場合もある。

このため、労働者から支援の申出があった場合、事業主は、労働者本人の意向を十分に確認した上で、上司・同僚等に対して病気に対する正しい知識を啓発し、配慮等を実施するために必要な情報を共有することが望ましい。この際、産業医等や保健師、看護師等の産業保健スタッフ（これらの者がいない場合には人事労務担当者）は、労働者本人の同意を得た上で、主治医に就業上の留意点を相談・確認することが望ましい。また、医療機関の相談窓口を活用することも考えられる。

また、上司や同僚、顧客等の理解が得られず、必要な食事や薬、間食を摂ることが難しい場合がある。事業主は労働者本人の意向を十分に確認した上で、必要に応じて、食事や薬、間食の必要性について、関係者に対し、配慮を実施するために必要な範囲に限りて情報を提供し、理解を得ることが望ましい。

<情報提供サイト>

- ・糖尿病に関する情報は、以下で入手できる。

<情報提供サイト>

名称	概要
糖尿病情報センター	国立健康危機管理研究機構が運営する情報提供サイトであり、糖尿病に関する情報提供が行われている。 ※詳細は下記URLをご参照下さい。 ( <a href="https://dmic.jihs.go.jp/">https://dmic.jihs.go.jp/</a> )