

# 炎症性腸疾患患者さんへ 「治療と仕事」両立のためのQ&A

～ 仕事と治療を両立しよう！～

## ① 診断時

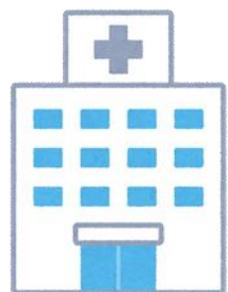
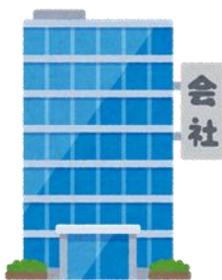
(補足資料) 利用できる制度について

## ② 復職時

## ③ 就職活動時

## ④ 就労中

(補足資料) 療養・就労両立支援について



## 関係者一覧

---

研究代表者: 久松 理一 杏林大学医学部消化器内科学

難治性炎症性腸管障害に関する調査研究「国民と実地医科啓発プロジェクト」

### プロジェクトメンバー

|       |                             |
|-------|-----------------------------|
| 安藤 朗  | 滋賀医科大学                      |
| 平岡佐規子 | 岡山大学病院 炎症性腸疾患センター           |
| 井口俊博  | 岡山大学 腸健康科学研究センター            |
| 江口 尚  | 産業医科大学 産業生態科学研究所産業精神保健学研究室  |
| 小島健太郎 | 岐阜大学医学部附属病院 第一内科            |
| 櫻庭裕丈  | 弘前大学 消化器血液内科学講座             |
| 酒見亮介  | 酒見内科胃腸科医院 戸畑共立病院 消化器内科      |
| 立石清一郎 | 産業医科大学 産業生態科学研究所災害産業保健センター  |
| 永田昌子  | 産業医科大学医学部 両立支援科学            |
| 長堀正和  | 東京科学大学病院 ヘルスサイエンスR&Dセンター    |
| 布谷麻耶  | 武庫川女子大学 看護学部看護学研究科成人慢性看護学分野 |
| 林 智之  | 金沢大学病院 IBDセンター消化器内科         |
| 藤井俊光  | 東京科学大学 消化器連携医療学             |
| 宮崎孝子  | 大阪医科薬科大学 第二内科               |
| 村崎美和  | 北里研究所病院 ソーシャルワーカー室          |
| 横山 正  | よこやまIBDクリニック                |

---

# 主任研究者からのメッセージ

潰瘍性大腸炎やクローン病といった炎症性腸疾患(IBD)は、若い世代に多い病気です。そのため、就労中の方や、これから就職活動を控えている年代の患者さんが多くいらっしゃいます。治療法の選択肢が広がってきていますが、現時点では完治が難しいため、日常生活の中で不安を抱えている方も多いのではないのでしょうか？ 特に、症状が落ち着いている(寛解)時でも、再び悪化する(再燃)可能性があることが、大きな心配の種となっていると思います。一方で、再燃の不安を抱えながらも、さまざまなことにチャレンジしたいという気持ちを持つ方も多いのではないのでしょうか。中でも、「就労」は患者さんにとってチャレンジの一つと言えるでしょう。

そこで、『就労』と『治療』を両立するためのサポートとして注目されているのが『両立支援』です。この支援は慢性疾患を抱える患者さん全般を対象としており、IBD患者さんもその対象に含まれます。

最近では、IBD患者さんの就労に関するとても詳しい冊子やウェブサイトが増えてきています。その中でもこのパンフレットは、「両立支援(IBDの就労支援)って何だろう?」「病院で就労に関する相談なんてしてもいいの?」といった疑問を持つ、両立支援についてまだよく知らない患者さんや、これから両立支援に取り組みたいと考えている医療従事者の方々に向けて作成しました。

炎症性腸疾患と診断された時の対応、職場に復帰する際の留意点や就労中の支援制度、就職活動時の対応についてをQ&A方式で作成しています。それぞれの状況に合わせて、必要な部分をご活用いただければ幸いです。

厚生労働科学研究費補助金 難治性疾患政策研究事業  
「難治性炎症性腸管障害に関する調査研究」  
研究代表者 久松 理一

## Q. 炎症性腸疾患と診断されたら 今の仕事はどうすればいいのでしょうか！？

### A. 自己判断で退職を決めないでください

まずは、主治医、看護師などの医療スタッフに遠慮なく相談してください  
職場への伝え方を含め、今後のお仕事について一緒に考えましょう

診断されたら…

誰でも**不安**になります

仕事をやめないと  
いけないのかな？

- ・「病院では病気のこと以外は相談できないのでは？」と思われる必要はありません
- ・治療中の患者さんのお仕事や経済面のことも、治療方針を決めたり、療養生活をサポートするうえで、主治医にとって大事な情報となります

#### 症状が弱い場合

- ・治療を続けながら仕事を継続することは十分に可能です
- ・職場(一部上司や産業医など)に症状を伝え配慮(サポート)を求めるのも方法の一つです

#### 症状が強い場合

- ・何よりも、症状を安定させることを優先しましょう
- ・退職をせずに休職をして治療を受ける\* という選択肢もあります

\* 雇用形態や職種(お仕事の内容)で対応が異なる場合があります

治療内容・副作用

病気？

家族

お金

仕事



### 仕事に影響が出そうであれば 職場に病気について正しく伝えることが大切です

- ・職場からのサポートを受けるためには、職場の理解が大切です
- ・主治医に、「病状」、「見通し」、「仕事への影響の程度」などを確認しましょう
- ・職場の責任者や上司、人事担当者、産業医などと情報を共有しましょう
- ・自分で説明が難しい場合は、以下の方法を検討しましょう

<職場に自分の病気を説明する方法の具体案>

- ① 病気の冊子・パンフレットの利用
- ② 主治医による書面の作成
- ③ 主治医から職場側に直接説明してもらう

- ・病気休暇などの支援制度について社内の規則を確認し、その利用を上司や担当者に相談しましょう
- ・職場の制度を利用する際に、医師の診断書が必要な場合もあるので、まずは主治医へ伝えましょう

- 原因不明の腸の病気であるが、多くの治療法があり、病状が安定すれば就労復帰は可能
- 仕事を休む必要がある場合は、その期間の目安
- 今後、定期的な通院が必要など

### 一般的な経済的支援制度にはどんなものがあるのでしょうか？

- ・指定難病患者への医療費助成制度 ・高額療養費制度 ・傷病(傷病)手当金 など

※「補足資料 診断時～支援制度のまとめ～」もご参照ください



## Q. 会社の理解が得られないときはどうすればいいですか？

A. 職場に病気について正しく伝えることが大切です  
 場合によっては、医療機関で支援者と一緒に、職場の方に説明をする機会を設けることも検討しましょう

- ・ 炎症性腸疾患の患者さんの症状として、腹痛や下痢といったおなかに関連した症状以外に、「体の疲れやすさ」もよくみられます
- ・ 腸炎の症状が良くなってきても、「朝はおなかが渋ってトイレから離れにくい」、「夕方になると倦怠感や微熱が出る」などの症状が残る方もおられます
- ・ そのため、「さぼっている」と誤解されることもあります
- ・ まずは職場に、「病気のことを正しく理解してもらう」ことが重要です
- ・ 一度の説明で伝わらなければ、繰り返し説明することも、時に必要です
- ・ 病気の説明ツールとして、専門家監修で患者さん目線で作られたパンフレットなどもあります
- ・ 主治医から直接、職場の方に説明をしてもらう方法もあります  
 （主治医の先生にも相談してみてください！）

## Q. 自分と同じように、就労についての悩みを抱えている患者さんの情報を知るためには？

A. 難病相談支援センター、各病院のソーシャルワーカーなどに相談を

- ・ 難病相談支援センター、各病院のソーシャルワーカー、両立支援コーディネーターが候補に挙がると思います
- ・ 地域の患者会などがあれば、実際に仕事を行っている患者さんからの経験談を直接聞くことができる場合もあります
- ・ 最近では、SNSを利用した患者間の交流もあるかもしれませんが  
 利便性が高くメリットもありますが、①わかり合うのに時間がかかる、②不確実な情報が流されやすい、③病気と関係のない勧誘をうける、などのリスクもあります  
 利用する場合は、それらの点について十分に注意しましょう

## Q. 職場に対して病状や配慮して欲しいことなどをまとめた書面を主治医に作成してもらうことはできますか？

A. 主治医に書面（診断書・主治医意見書など）を作成してもらうことができます

- ・ まず、職場に自分の病状を伝える書面としては、主治医に診断書を書いてもらうことが多いです
- ・ さらに仕事の詳細な調整や配慮の要望を行うための書面としては「主治医意見書」を作成してもらう方法があります

※「補足資料 就労中～両立支援制度について～」もご参照ください

## IBDと診断された方へ ～利用できる制度について～

IBDの患者さんは医療費や生活、就労の支援を受けることができます

### 医療費の支援

指定難病医療費助成制度について  
詳しくはこちら→



#### ●指定難病医療費助成制度

|      |  |
|------|--|
| 対象   | 潰瘍性大腸炎(中等症以上)、クローン病(IOIBDスコア2点以上)                  |
| 支援内容 | ・医療費の自己負担割合が <b>2割</b> になります<br>・医療費の自己負担上限が設定されます |
| 窓口   | 都道府県または指定都市の保健所など(自治体によって異なります)                    |

#### ●小児慢性特定疾病医療費助成制度

|      |   |
|------|---|
| 対象   | <b>18歳未満</b> で以下の疾病による症状がある場合または治療を要する場合<br>・潰瘍性大腸炎・クローン病・早期発症型炎症性腸疾患 |
| 支援内容 | ・医療費の自己負担割合が <b>2割</b> になります<br>・医療費の自己負担上限が設定されます                    |
| 窓口   | 都道府県または指定都市の保健所など(自治体によって異なります)                                       |

#### ●高額療養費制度

|      |  |
|------|--|
| 対象   | 1ヶ月の医療費の自己負担額が上限額を超えた方   |
| 支援内容 | 同一月に支払った医療費の自己負担額が上限額を超えた場合、超えた分が後で払い戻されます<br>*上限額は、年齢や所得によって異なります |
| 窓口   | 加入している公的医療保険の担当窓口  |

### 生活の支援

#### ●傷病手当金

|      |  |
|------|--|
| 対象   | 病気で会社を休んだ時に、事業主から給与など生活に必要な保障が受けられない方                    |
| 支援内容 | 支給日以前の12か月の標準報酬の平均の2/3が支給されます<br>支給期間は <b>最長1年6ヶ月</b> です |
| 窓口   | 健康保険組合(協会けんぽ、組合健保、共済組合)の窓口                               |

#### ●障害年金(障害基礎年金(国民年金に加入)・障害厚生年金(厚生年金に加入))

|      |  |
|------|--|
| 対象   | 病気で生活や仕事などが制限されるようになり、かつ一定の要件を満たした方                  |
| 支援内容 | 障害の重い方から1級、2級、3級(障害厚生年金のみ)の順番で、受け取れる金額も1級が最も高くなっています |
| 窓口   | 市町村保険年金業務担当窓口(障害基礎年金)<br>年金事務所(障害厚生年金)               |

## 生活の支援

### ●身体障害者手帳

|      |  |
|------|--|
| 対象   | 身体に永続する障害のある方<br>*身体障がい者福祉法に定められる障害の状態にあると認められることが必要です |
| 支援内容 | 障害の種別や程度に応じた公的なサービス(公共交通機関の運賃の割引や就労サービス)を受けることができます    |
| 窓口   | 各市町村障がい福祉担当窓口  |

### ●生活福祉資金貸付制度

|      |   |
|------|---|
| 対象   | 低所得者、高齢者(65歳以上)、障がいのある方                             |
| 支援内容 | 総合支援資金、福祉資金、教育支援資金、不動産担保生活資金として、無利子または低金利で貸付を受けられます |
| 窓口   | 市区町村社会福祉協議会   |

## 就労の支援

### ●療養・就労両立支援

\*特定医療費受給者証の有無にかかわらず、指定難病の全ての患者さんが利用できます。

|      |  |
|------|--|
| 対象   | 働いている難病患者の方*   |
| 支援内容 | 治療開始後、職場復帰をして <b>治療を続けながら働き続ける為の支援</b> をします                              |
| 窓口   | 各都道府県の産業保健総合支援センター(両立支援コーディネーター)、病院の患者相談室(ソーシャルワーカー、両立支援コーディネーター)、職場の担当者 |

### ●長期療養者就職支援

|      |                                       |
|------|---------------------------------------|
| 対象   | 長期にわたる治療により、離職や転職が余儀なくされた方            |
| 支援内容 | ハローワークに専門相談員を配置し、 <b>就職支援</b> を行っています |
| 窓口   | 各市町村障がい福祉担当窓口                         |

### ●難病患者就職サポーターによる支援

|      |  |
|------|--|
| 対象   | 難病患者の方*  |
| 支援内容 | 難病相談支援センターと連携して、 <b>就職支援や雇用継続などの総合的な就労支援</b> を行っています |
| 窓口   | ハローワークの専門援助窓口  |

### ●難病相談支援センター

|      |                               |
|------|-------------------------------|
| 対象   | 難病患者の方*                       |
| 支援内容 | 療養生活の問題について相談に応じ、情報提供や助言を行います |
| 窓口   | 各都道府県の難病相談支援センター              |

### ●産業保健総合支援センター

|      |   |
|------|---|
| 対象   | 働いている難病患者の方*                                  |
| 支援内容 | 患者の方が治療と仕事が両立できるように <b>事業者の間の調整支援</b> などを行います |
| 窓口   | 各都道府県の産業保健総合支援センター                            |



## Q. そろそろ復職を考えています 準備することはありますか？

A. 復職が可能な状態か主治医に確認しましょう

◇ 症状が安定した場合、治療内容に関わらず、多くの方が復職しています

### 復職にあたって大切なこと

- ・ 復職は患者さん自身の意思が最優先ですが、決められた時間内で働くことができることが前提となります
- ・ 現在の体調について主治医に確認し、無理のない復職を目指しましょう
- ・ 症状が悪化したきっかけに心当たりがあれば、振り返ることも重要です  
仕事が忙しく通院ができていなかったり、生活リズムが乱れたことが影響していた  
と思う場合は、業務内容や勤務時間の調整が必要かどうか、主治医や産業医、上司  
に相談しましょう
- ・ 現在の部署が負担になっているかもしれないと職場が判断した場合、異動が提案され  
ることもあります
- ・ 職場側が心配しすぎている可能性もありますので、職場からの配慮が過剰であると  
感じる場合は、そのことを率直に伝えましょう

### 【業務調整が必要な場合】

業務調整について具体的な手順が必要な場合は、次のページを参照してください

## Q. 復職後が心配です どのようなことに気をつければいいですか？

A. 仕事の継続に当たり、症状の安定が最も大切です  
症状を安定させるための方法に、以下のような視点があります

- ・ 症状の安定には、継続的な治療が欠かせません  
定期的な通院や薬の服用を忘れずに行い、まずは体調を最優先に考え、無理を  
しないように心がけましょう
- ・ 焦らず少しずつ業務に慣れていきましょう  
体調を崩しやすい状況やパターンを把握し、早めに対処できるよう意識しましょう
- ・ 体調の変化や仕事のストレスに対して、一人で抱え込まないことが大切です  
主治医や産業医、上司または同僚など、相談できる人をあらかじめ見つけておくと  
安心です

医療者側としては、症状が安定し続けるために、無理をしないでほしいと考えています  
が、仕事などでチャレンジしたいことがあれば、主治医にも相談してみましょう！

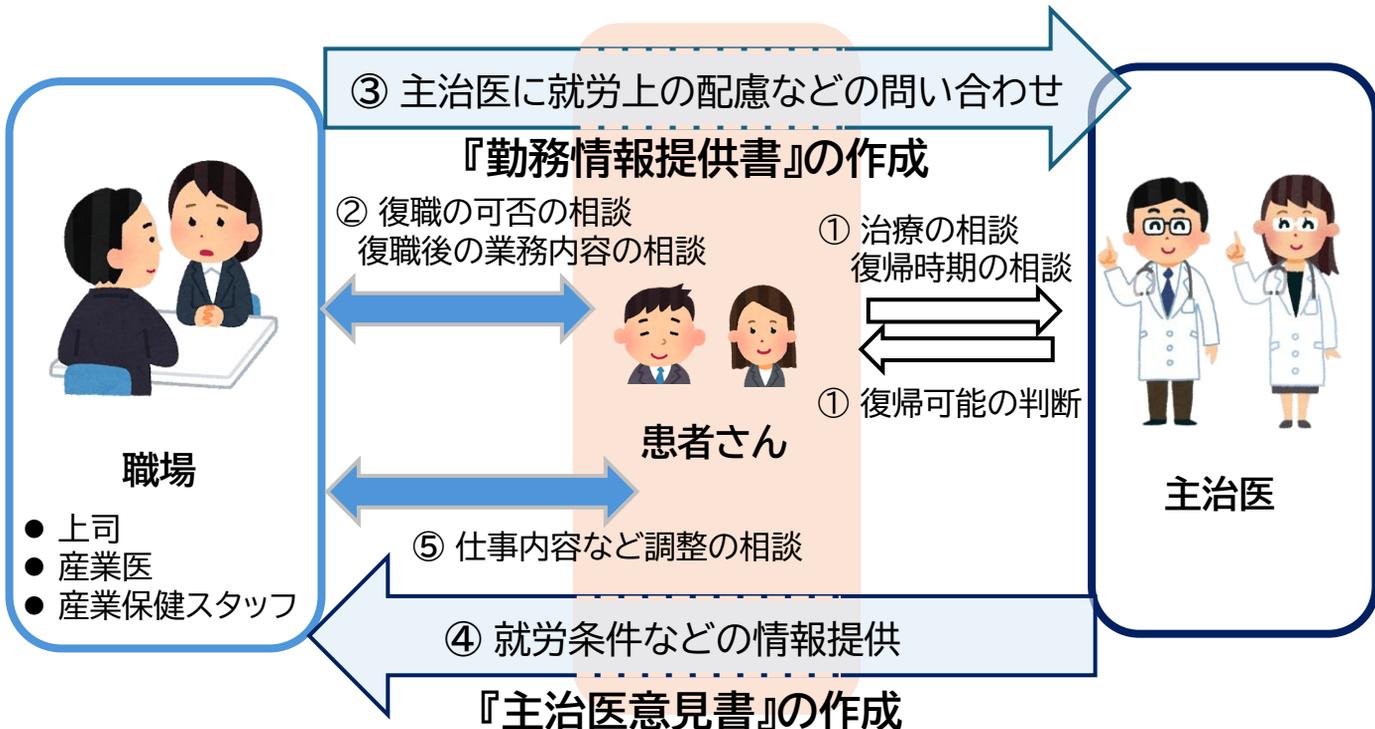
## Q. 復職にあたり業務調整が必要な場合

## どのような手順になりますか？

A. 職場と主治医の間でも、情報を共有することが大切です  
適切な配慮を受けるための手順がいくつかあります

主治医からの診断書（主治医から職場に向けて、患者さんの健康状態や治療の状況について、簡潔に記載した文書）をもとに復職する場合がありますが、特定医療費受給者証の有無に関わらず、すべての患者さんが両立支援制度（療養・就労両立支援）を利用し、より詳細な業務調整の相談を行うことができます

※「補足資料 就労中 ～両立支援制度について～」もご参照ください



## 主治医意見書とは？

職場からの『勤務情報提供書』を受けて、主治医が両立支援コーディネーターらと協力し、作成する文書です

患者さんの希望も踏まえ、体調に合った仕事を割り当ててもらうために、

- ・ 現在の症状や今後の治療予定、治療中の就業継続の可否について
- ・ 業務の内容について、望ましい職場での配慮などを記載します

## 就労上の配慮とは？



例) Aさんは、突然の下痢などの消化器症状が現れることがあります  
通勤ラッシュを避けられるように出社・退社時間の配慮が望ましいと考えます

例) Bさんは、病気の治療中のため、頻繁にトイレに行く必要がある場合があります  
しばらくは内勤が望ましいと考えます

## Q. 炎症性腸疾患と診断されたら、就職活動をどのようにすすめたらいいでしょうか？

A. 主治医に、いまの体調、今後の見通しについて確認しましょう

1. いまの自分の体調はどうですか？

### 体調が良い場合

- いまの治療を続けていく見込み
- 通院頻度はいまと同じ
- 1回の受診に必要な時間は同じ

### 体調が良くない場合

- 検査結果に異常がある
- 近日中に治療変更や入院が必要
- 待機的手術のリスクがある

2. 今後の見通しとして、就職前にやっておいたほうが良いことがありますか？

- 内視鏡をする予定がある
- 治療を変更する必要がある



検査・治療などのスケジュールの調整が必要な場合があります

以上を踏まえて、就職活動開始のタイミングについて相談してください

## Q. 職種を選ぶにあたって気を付けることは？

A. 主治医と一緒に、実際に働いた場合の具体的な想定をしてみましょう

やりたい仕事

担当しやすい仕事

具体的な勤務形態、労働環境

- 屋内、屋外
- 日勤、夜勤業務の有無
- 立ち仕事、座り仕事の割合
- 残業・出張の有無
- トイレに行きやすい環境
- 休憩・有休の詳細
- 休みの取りやすさ
- その他( )



実際、働いた場合に想定される

- 身体的負担の評価
- 精神的負担の評価
- 問題点
- その解決方法

やりたい仕事が実際に長く続けられるのかどうか、慎重に検討しましょう

## Q. 就職活動時に 炎症性腸疾患について告げるかどうか悩んでいます

A. 病名を雇用側に伝えるかどうかは、とても難しい問題です  
メリット、注意点をふまえ、色々な方々に相談しながら慎重に判断しましょう

### ◎ 炎症性腸疾患であることを職場に告げる場合

例)病状や治療のために、求められる職務内容の遂行に配慮が必要な場合

「病名開示」と「希望する具体的な配慮」を  
セットで伝えることをお勧めします

#### メリット

- 病状に応じて、勤務形態・労働環境の配慮を受けられることがある
- 両立支援制度を活用できる
- 不正確なうわさが独り歩きする前に事前にどんな情報を開示したいのか自分で制御できる

#### 注意する点

- せっかく病名を伝えても雇用側に理解してもらえないとは限らない
- 周囲からの視線、気遣いなどがむしろに気になる場合もある
- 希望する具体的な配慮を伝えても雇用側が十分にはかなえられるとは限らない

一方で、炎症性腸疾患であることを職場に告げない選択肢もあります

この場合は、①上記のメリットがうけられないこと、②意図せずに病名が知られてしまった場合に希望しない情報まで伝わったり、誤解を招くこともあることに注意が必要です

「就職先への病名開示」を含め、病気をもちながら就職活動することについて  
相談できる窓口があるので 多くの方々に相談してみましょう

#### 主な相談窓口

- 主治医     通院先のソーシャルワーカー     両立支援コーディネーター
- ハローワークの難病患者就職サポーター     高校・大学の先生(進路指導など)
- 難病相談支援センターのピアカウンセリング     キャリアセンター

## Q. 相談窓口では、どんなことを提案してもらえますか？

A. ① いろいろな制度を活用できます

- ・ 診断書・主治医意見書
- ・ 就労支援・両立支援制度(求職者支援制度・総合支援資金貸付等)
- ・ ハローワーク    ・ 産業医・社会保険労務士との連携

A. ② 就労への不安があるなら、仕事の負荷は軽めからスタートしてみてもは？

- ・ 労務の負担は軽め・短時間からスタートすることも選択肢にいれてみましょう
- ・ まずは症状が安定したまま、自信を持って働ける程度に制限する場合があります
- ・ 自信が出たら、負荷を増やしたり、長時間に変更できる場合があります

## Q. 仕事をしている炎症性腸疾患の患者さんは どんな悩みを持たれていますか？

A. 患者さんによって個人差があります  
ご自分の場合についても、一度、整理してみましょう



- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 工作中、頻繁にトイレに行きたくなる       | <input type="checkbox"/> 便意を感じると我慢できない  |
| <input type="checkbox"/> 服薬や体調管理の休憩が取りづらい        | <input type="checkbox"/> 転勤や出張で体調が崩れやすい |
| <input type="checkbox"/> 病気について職場の理解が得られない       | <input type="checkbox"/> 長時間座るのが難しい     |
| <input type="checkbox"/> 定期外来受診の負担が大きい           | <input type="checkbox"/> 体調の悪い時に受診しにくい  |
| <input type="checkbox"/> 病気について職場に話した方が良いのか分からない |   |

自分に当てはまるものはありますか？他に悩みはないですか？

## Q. 仕事の悩みについてどこに相談したら良いですか？

A. 病院や行政、患者会でも相談することができます



- ・ **病院**: まずは主治医に相談をしてみましょう  
病院内には、両立支援コーディネーター、医療ソーシャルワーカーなどの相談員が在籍している場合もありますので、積極的に相談してみてください
- ・ **行政**: 各都道府県の難病相談支援センター、産業保健総合支援センターや最寄りのハローワーク、地域障害者職業センターなどが、連携をしながら相談にのってくれます
- ・ **患者会**: 各地域の患者会などのコミュニティに問いあわせてみましょう  
お住まいの地域にない場合は、近隣の患者会と連絡をとることができます

## Q. 自分の病気を職場に伝えた方がよいですか？

A. 伝えることで配慮を提供してもらえることがあります  
いま困ったことがなければ、必ずしも伝える必要はありません

- ・ 職場に病気を伝えることで、安心、安定して就労できるよう、職場が配慮をしてくれることがあります
- ・ 定期的に必要である通院の調整やトイレに行きやすい環境の整備など、職場に配慮をお願いしたいことがあれば、伝えたほうがよいでしょう
- ・ なお、職場での配慮については、職場の状況によって実施が可能か、難しいかが異なってくる可能性があります
- ・ また、職場が配慮を検討するにあたって、主治医意見書が参考になります

※「補足資料 就労中～両立支援制度について～」もご参照ください

## Q. 就労内容の制限はありますか？

A. ①患者さんの病状 ②求められる職務内容によって変わります  
病状にあわせた就労について主治医に確認してみてください

- ◇ 症状が落ち着いている状態であれば、通常の就労は可能です
- ◇ 病気が悪化した時や調子が悪い場合は、フレックスタイム制・在宅勤務など柔軟な勤務方法も検討しましょう

- ・ どの様な時に調子が崩れてしまうのかを自身で把握しておきましょう  
過度なストレスによって体調が悪化することがあります  
体調が悪化しそうな時は、早めに周囲に相談をすることも、時には必要です
- ・ ステロイドなど免疫を低下させる薬剤で治療を行っている間は、手洗いやマスクの使用などによる感染予防が大切になります  
職場環境を変えてもらうべきか悩む場合は、主治医にも相談しましょう

## Q. 炎症性腸疾患の患者さんは、どの様な支援を受けられますか？

A. 炎症性腸疾患の患者さんは、様々な医療費や生活の支援を受けることができます

※「補足資料 診断時 ～支援制度のまとめ～」も参照ください

- ・ 仕事をしている患者さんには、両立支援制度(療養・就労両立支援)があります
- ・ 治療をしながら働きたいという思いがあり、主治医から勤務が可能と判断された患者さんが働きやすくなるよう、環境の調整を相談することができます
- ・ 制度の活用を希望する患者さんは、院内の相談窓口などで医療ソーシャルワーカーや看護師に相談してみましょう

## &lt;療養・就労両立支援の流れ&gt;



- ① 両立支援は患者さんが会社に支援を申し出ることから始まります
- ② 患者さんの業務内容や勤務情報などを書面を通して主治医に伝えます(勤務情報提供書)
- ③ 主治医は就業継続の可否や就業上の措置などについて望ましい配慮を記した意見書を作成します(主治医意見書)

➡ 会社に提出された意見書を参考に、会社は今後の就労プランを作成します

# 補足資料 就労中 ～両立支援制度について～

～炎症性腸疾患患者さんへ「治療と仕事」両立のためのQ&A～

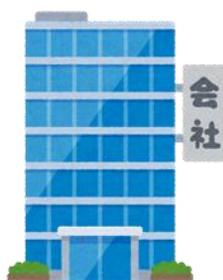
## 治療と仕事の両立支援 ～療養・就労両立支援について～

治療と仕事の両立支援をより充実させるため、療養・就労両立支援指導料の対象疾患に指定難病である**炎症性腸疾患**も含まれています

この制度を活用することで、病気になったから、症状が悪化したから、といって仕事を辞めてしまうのではなく、症状や治療に配慮しながら働ける環境を整えやすくなります

(特定医療費受給者証の有無に関わらず、指定難病の全ての患者さんがこの制度を利用できます)

- ① 患者さんは職場の担当者と共に“勤務情報提供書”を作成し、主治医に渡します
- ② 主治医は勤務情報提供書の就労の状況と患者さんの希望を踏まえ、両立支援コーディネーターらとともに“主治医意見書”を作成します  
患者さんは意見書の内容を確認して職場(産業医や衛生管理者等)に提出します
- ③ 主治医意見書の内容を踏まえて職場の担当者は“両立支援プラン”を作成し、働きやすい環境調整を行います  
\*企業による両立支援プラン作成については企業の担当者にお尋ね下さい
- ④ 必要に応じて定期的な支援の見直しも可能です



勤務情報提供書、主治医意見書、両立支援プランの作成例は次ページへ

## (勤務情報を主治医に提供する勤務情報提供書)

今後の就業継続の可否、業務の内容について職場で配慮したほうが良いことなどについて、先生にご意見を頂くための社員の勤務に関する情報です。どうぞよろしくお願い申し上げます。 ID: ○○○○

|                                       |             |      |   |
|---------------------------------------|-------------|------|---|
| 社員氏名                                  | ○○○○ (男)・女  | 生年月日 | ○○○○年 ○月 ○日   |
| 会社名                                   | ○○株式会社 ○○支店 |      |   |
| 産業医・総括安全衛生管理者・衛生管理者・安全衛生推進者・保健師・衛生推進者 |             |      | <input checked="" type="checkbox"/> いる <input type="checkbox"/> いない |

|                          |  |
|--------------------------|--|
| 職 種                      | <input checked="" type="checkbox"/> 正社員 <input type="checkbox"/> 契約社員 <input type="checkbox"/> その他 ( )   |
| 職務内容                     | <p>(作業場所・作業内容)</p> <p><b>整備工事に関する工事責任業務</b></p> <p>該当する項目に☑すること</p> <p><input type="checkbox"/> 体を使う作業(重作業) <input checked="" type="checkbox"/> 体を使う作業(軽作業) <input checked="" type="checkbox"/> 長時間立位</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 暑熱場所での作業 <input checked="" type="checkbox"/> 寒冷場所での作業 <input checked="" type="checkbox"/> 高所作業</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 車の運転 <input type="checkbox"/> 機械の運転・操作 <input checked="" type="checkbox"/> 対人業務 <input checked="" type="checkbox"/> 事務業務</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 遠隔地出張(国内) <input type="checkbox"/> 海外出張 <input type="checkbox"/> 単身赴任</p> |
| 勤務形態                     | <input checked="" type="checkbox"/> 常昼勤務 <input type="checkbox"/> 二交替勤務 <input type="checkbox"/> 三交替勤務 <input type="checkbox"/> その他 ( )  |
| 勤務時間                     | 8時 15分 ~ 17時 00分 (休憩時間 45分、週 5日勤務)<br>(時間外・休日労働の状況: 工事の進捗により変動する )<br>(国内・海外出張の状況: )   |
| 通勤方法<br>通勤時間             | <input checked="" type="checkbox"/> 徒歩 <input checked="" type="checkbox"/> 公共交通機関(着座可能) <input type="checkbox"/> 公共交通機関(着座不可能)<br><input type="checkbox"/> 自動車 <input type="checkbox"/> その他 ( ) 通勤時間: 約 ( 60 ) 分   |
| 休職可能期間                   | ○○○○年 ○月 ○○日から ○○○○年 ○月 ○○日まで (546日間)<br>(給与支給 <input type="checkbox"/> 有 <input checked="" type="checkbox"/> 無 傷病手当金 67(2/3) %)   |
| 有給休暇日数                   | ○○○○年 ○月 ○○日時点 残 ○ 日間 ( 月 日発生 日間)  |
| 特記事項<br>(医師に確認<br>したいこと) |  |
| 利用可能<br>制 度              | <input checked="" type="checkbox"/> 時間単位の年次有給休暇 <input checked="" type="checkbox"/> 傷病休暇・病気休暇 <input checked="" type="checkbox"/> 時差出勤制度<br><input type="checkbox"/> 短時間勤務制度 <input checked="" type="checkbox"/> 在宅勤務(テレワーク) <input type="checkbox"/> 試し出勤制度<br><input type="checkbox"/> その他 ( )   |

|   |
|---|
| 上記内容を確認しました<br>○○○○年 ○月 ○○日 (本人署名) ○○○○ |
|---|

|  |
|--|
| ○○○○年 ○月 ○○日<br>会社名 ○○株式会社 ○○支店 担当者 人事/○○○○<br>住所 ○○県 ○○市 TEL ○○○-○○○-○○○○ |
|--|

## 治療の状況や就業継続の可否等についての主治医意見書

|      |         |      |             |
|------|---------|------|-------------|
| 患者氏名 | 〇〇〇〇    | 生年月日 | 〇〇〇〇年 〇月 〇日 |
| 住所   | 〇〇県 〇〇市 |      |             |

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| 病名                                  | 潰瘍性大腸炎   |
| 現在の症状                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・薬物療法による治療を継続する必要がありますが、現在症状は落ち着いてきています。通常業務を行うことは可能です。</li> <li>・以前と比較すると疲労感が強く、特に朝方に全身の倦怠感が生じることがあり出社に影響が出ています。</li> </ul>  |
| 治療の予定                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>・通院治療が継続的に必要な病気です。</li> <li>・免疫を調整する内服薬での治療を継続していく見込みです。今後現在の治療では病気のコントロールが不十分となる場合は、点滴などの注射での治療を追加する可能性があります。</li> <li>・今後も1~2か月に1回の定期的な通院、1年に1回の定期的な内視鏡などの画像検査が必要です。通院や検査には1日を要することがあります。体調の悪化等により、頻繁（月に複数回）に通院が必要になることもあります。</li> </ul>  |
| 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）<br><input checked="" type="checkbox"/> 条件付きで可（就業上の措置があれば可能）<br><input type="checkbox"/> 現時点で不可（療養の継続が望ましい）   |
| 業務の内容について職場で配慮したほうがよいこと（望ましい就業上の措置） | <p>【勤務時間について】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自宅から職場までの通勤時間が60分と長く、夜遅くまでの残業は、身体に疲労を残し再燃のきっかけとなることがあるため、睡眠時間を考慮し、やむを得ない場合を除いて定時退勤が望ましいと考えます。残業（退勤時間）は遅くとも〇〇時を超えないように配慮をお願いいたします。</li> </ul> <p>【在宅勤務について】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・現在の症状や治療内容から、現状では在宅勤務は必須ではありません。症状が不安定になる可能性が高く、出社予定日であっても体調によって臨機応変に在宅勤務を可能とする等、都度状況に合わせた勤務調整ができますと、ご本人としても働きやすいと考えます。</li> </ul> <p>【感染対策について】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・薬物療法の影響として感染症にかかり易くなることが考えられますが、一般的な感染対策（手洗い、うがい、環境によってマスクの着用、人混みを避ける等）を行っていただければ基本的には問題ありません。</li> </ul> <p>【トイレに行きやすい環境調整】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・病気が安定していても、勤務中に突然、我慢することが難しい便意をもよおすことがあります。また、体調不良時には排便回数が1日10~20回以上に及ぶこともあり、デスク配置の調整やトイレ休憩時間の確保、可能な範囲で車ではなく交通機関での移動ができるような配慮や余裕をもった業務負担であることが望ましいと考えます。</li> </ul> |



## 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

|                         |   |  |  |                                   |
|-------------------------|---|--|--|-----------------------------------|
| 従業員<br>氏名               | ○○○○  | 生年月日   |  | 性別                                |
|                         |   | ○○○○年 ○月 ○日  |  | Ⓔ・女                               |
| 所属                      | ○○○   | 従業員番号  |  | ○○○○                              |
| 治療・投薬<br>等の状況、<br>今後の予定 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・入院による治療済み。</li> <li>・今後1か月間、週に1回の通院治療が必要。</li> <li>・その後薬物療法による治療の予定。月2回の通院を約1か月、その後は月1回の通院に移行予定。</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)<br>1か月目           | 10:00<br>～<br>15:00<br>(1時間休憩)  | 短時間勤務<br>残業・深夜勤務・遠隔地出張禁止<br>作業転換                         |  | 月4回通院・薬物療法<br>(症状: 疲れやすさ、免疫力の低下等) |
| 2か月目                    | 10:00<br>～<br>17:00<br>(1時間休憩)  | 短時間勤務<br>通院日の時間単位の休暇取得に<br>配慮<br>残業・深夜勤務・遠隔地出張禁止<br>作業転換 |  | 月2回通院・薬物療法<br>(症状: 疲れやすさ、免疫力の低下等) |
| 3か月目                    | 9:00<br>～<br>17:30<br>(1時間休憩)   | 通常勤務に復帰<br>残業1日当たり1時間まで可<br>深夜勤務・遠隔地出張禁止<br>作業転換         |  | 月1回通院・薬物療法<br>(症状: 疲れやすさ、免疫力の低下等) |
| 業務内容                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・治療期間中は負荷軽減のため作業転換を行い、製品の運搬・配達業務から部署内の○○業務に変更する。</li> </ul>  |  |  |                                   |
| その他<br>就業上の<br>配慮事項     | <ul style="list-style-type: none"> <li>・我慢することが難しい便意をもよおすことが見込まれるため、症状に応じて適時休憩を認める。</li> </ul>  |  |  |                                   |
| 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、体調不良の訴えは上司に伝達のこと。</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のこと。</li> </ul> |  |  |                                   |