

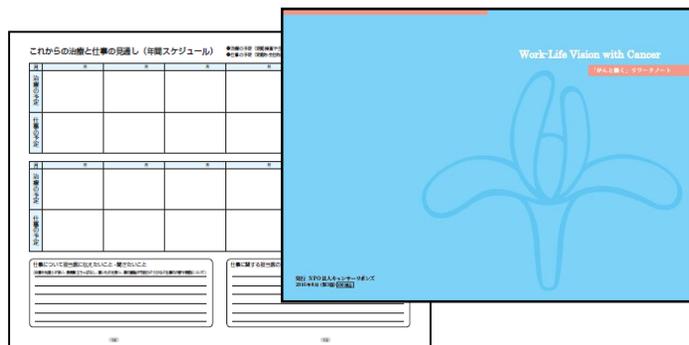


# NPO法人キャンサーリボンズ 「がんと働く」プロジェクト Work-Life Vision with Cancer 「がんと働く」リワークノート がんと治療しながら働く方々を支援するツールを是非ご活用ください

近年、がん治療は外来や在宅で行われることが普通になり、日々の暮らしや仕事をしながら治療を受けるケースが増えています。一方、がん治療と仕事の両立には、スケジュールの調整や、同僚・上司とのコミュニケーション、体調の管理など多くのことが求められ、中には仕事をあきらめたり、逆に頑張りすぎてしまう方も少なくありません。キャンサーリボンズでは、患者さんのご体験や、がん医療や就労に携わる他職種の意見を統合して、自分の心身の状態を整理して自己管理に役立てるとともに、主治医や、職場の産業医・上司などとの相談にも活用できるツールを作成しました。このツールを通じて、がんと「暮らす・働く」ための自分なりのペースを見つけていただければ幸いです。

## ◆ ツール概要

名 称 : Work-Life Vision with Cancer  
「がんと働く」リワークノート  
発 行 : NPO法人キャンサーリボンズ  
販売価格 : 330円(税込)  
仕 様 : A5 (A4の半分のサイズ)、40頁  
内 容 :



- 【リワーク編】 リワーク準備のための体調・気分チェックリスト、「治療と仕事の年間スケジュール」・「リワークポイント」・「体調チェックシート」などを記入して、自分の状態を仕事と関連づけて整理できるワークシートなど。
- 【セルフケア編】 食事・運動・睡眠などの基本から、皮膚・口腔ケアまで、少しでも心地よく生活するためのセルフケアのポイントやアドバイスなど。

編集委員 : 荒木葉子 (荒木労働衛生コンサルタント事務所所長、産業医、キャンサーリボンズ理事)  
岡山慶子 (朝日エルグループ会長、産業カウンセラー、キャンサーリボンズ副理事長)  
田中登美 (大阪府立大学看護学部講師、がん看護専門看護師、キャンサーリボンズ委員)  
坪井正博 (神奈川県立がんセンター呼吸器外科医長)  
中村清吾 (昭和大学病院乳腺外科教授、昭和大学病院プレストセンター長、キャンサーリボンズ理事)  
藤井信吾 (北野病院院長、京都大学名誉教授、国際婦人科がん学会プレジデント、キャンサーリボンズ理事)  
松月みどり ((社)日本看護協会常任理事 がん担当)  
宮内佳代子 (帝京大学医学部附属溝口病院医療相談室課長)  
望月真弓 (慶應義塾大学薬学部教授、キャンサーリボンズ理事)  
吉野孝之 ((独) 国立がん研究センター東病院消化管腫瘍科外来・病棟医長、キャンサーリボンズ委員)  
(五十音順、所属・肩書は2011年11月当時のものです)

## ◆ ご購入方法など

- \* 個人でご購入の場合は、1冊当たり82円切手5枚(送料込)+返信用の封筒(ご送付先の郵便番号・宛先を明記、21cm×15cmの冊子が入る大きさ、切手は不要)を同封の上、下記の事務局宛にお送りください。
- \* 100部以上まとめてご購入の場合や、企業・団体の資材(表3に企業・団体の情報掲載など)としての活用をご検討の場合は、別途ご相談ください。

NPO法人キャンサーリボンズ 「がんと働く」プロジェクト事務局 (廣瀬・大和田)  
〒104-0045 東京都中央区築地2-12-10 築地MFビル26号館5階 朝日エル内  
TEL:03-3546-6101 FAX: 03-5565-4914 Mail: ribbonz@ellesnet.co.jp

## NPO法人キャンサーリボンズ「がんと働く」プロジェクトとは・・・

2008年9月、働くがん患者さんの職場復帰支援プロジェクトとして発足。(独)労働者健康福祉機構とのコラボレーションで実施した調査の結果や、がん体験者及び様々な専門家の知見をもとに、がんをもっている自分らしい働き方を続けられるよう、気持ちの整理や転換のサポート、さらに「働く」ベースとなる生活を少しでも快適にするためのサポートなど、様々な情報やサービスを提供していきます。