

## 【第10回 治療と仕事の両立支援セミナー】

がん治療をしながら働くあなたのための「頑張りすぎ予防」  
—脳疲労チェックとストレス・マネジメントの提案—

当院では、多方面で活躍される講師の方々をお招きし、治療と仕事の両立について、毎年講演セミナーを開催しております。ご関心のある方はどなたでもご参加ください！

開催日時

2023年10月25日(水)

19時00分～20時00分 ※18時30分受付開始

参加  
無料

場所

三井記念病院 外来棟7階講堂

内容

収入、生きがいの点からも、がん治療と仕事の両立が勧められています。しかしながら、がんの診断を受ける前の仕事量を基準とすると、診断前後の通院、治療、休職、通院しながら復職した際には、仕事に充てる時間、体力とも低下しています。つい「前のようなイメージ」で頑張りすぎてしまい、復職後には体の疲労のみならず、脳疲労にも陥りがちです。疲労に早く気づくためのチェックリスト、仕事の効率を高める呼吸法、定期的なりフレッシュを提案します。あなたに合った新しいストレス・マネジメント方法を一緒に考えましょう。

対象者

地域のみなさま、企業人事担当者様、産業医、産業保健師、ご関心のある方

座長：近藤 明美氏

(当院顧問 特定社会保険労務士)

2008年近藤社会保険労務士事務所開業。  
2009年よりがん患者の就労支援に携わり、  
がん経験を持つ社会保険労務士として  
働く世代のがん患者の就労・経済問題  
に取り組んでいる。2013年より  
三井記念病院で相談員を務める。



講師：福井 里美氏

(看護師、保健師、臨床心理士、心理学博士)

現職：東京都立大学健康福祉学部看護学科 准教授/  
特定認定非営利活動法人がんサポートコミュニティー  
ファシリテーター。専門はサイコオンコロジー  
(精神腫瘍学) のがん患者への心理社会的支援。  
最近サポートグループを運営する医療職、  
ピアサポーターの養成に力を注いでいる。



## お問合せ・お申込み

三井記念病院

地域福祉相談室／がん相談支援センター

電話番号 03-3862-9111(代表)

メール [fukushi@mitsuihosp.or.jp](mailto:fukushi@mitsuihosp.or.jp)

主催：三井記念病院 地域医療部 がん診療センター

後援：千代田区千代田保健所

\* 10/18(水) 締切といたします。

\* 新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、イベントの開催方法を変更・中止させていただく場合がございます。



JR秋葉原駅(昭通通り口)より約7分、  
東京メトロ日比谷線秋葉原駅より約6分