



# 意見書作成実習

---

産業医科大学 立石 清一郎

# 事例：40代女性

- 乳がん。抗がん剤、放射線療法、ホルモン療法実施。
- ADLは自立。当面は週に1回の定期受診が必要。
- 仕事（勤務情報提供書より）：介護士、入居者への重介助業務（移動困難者への入浴介助など）あり。短時間勤務可。重介護は一時的に減免することが可能
- 症状（プロブレム）
  - 腰痛（腰椎転移）
  - 入院中のてんかん発作（脳転移）
  - 手足のしびれ（軽度）
  - 倦怠感
  - ホットフラッシュ
  - 吐き気
  - 不安

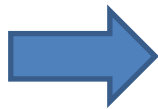
※症状別配慮集の実習用の想定患者です。

Subjective, Objective

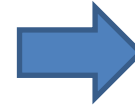
作業内容

SOAPで検討する

症状  
(プロブレム)



仕事上  
困ること



配慮・制限

Subjective

Assessment

- ・安全配慮
- ・Reasonable accommodation

Plan



③作業内容の説明

Subjective, Objective

作業内容

症状  
(プロブレム)

Subjective

①配慮検討シート

仕事上  
困ること

Assessment

②症状別配慮集

配慮・制限

- ・安全配慮
- ・Reasonable accommodation

Plan

- ④対策のアイデア
- ⑤Reasonable accommodationのヒント

# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		

# 臨床場面での意見書作成の手順

1. 症状リストを作成する
2. 症状リストごとに安全配慮を検討する
  - ・ 仕事をすることで病気が悪化するか
  - ・ 何らかの事故を誘因するか
3. 症状リストごとにReasonable Accommodationを検討する。  
ツール(症状別配慮集Reasonable Accommodationの例)を用いても可。  
実際の場面では、本人の選択、本人の申し出を重視する
4. 要求業務の大幅な変更が必要な場合には職場の受け入れを考慮する
5. 意見書に具体的に記載する(症状・原因・業務・配慮)  
配慮とともに医学的理由を付記。配慮が不要なことは症状も記載しない
6. 意見書は職場とのコミュニケーションのスタート  
ゴールは職場復帰、意見書作成がゴールではない

# 臨床場面での意見書作成の手順

1. 症状リストを作成する
2. 症状リストごとに安全配慮を検討する
  - ・ 仕事をすることで病気が悪化するか
  - ・ 何らかの事故を誘因するか
3. 症状リストごとにReasonable Accommodationを検討する。  
ツール(症状別配慮集Reasonable Accommodationの例)を用いても可。  
実際の場面では、本人の選択、本人の申し出を重視する
4. 要求業務の大幅な変更が必要な場合には職場の受け入れを考慮する
5. 意見書に具体的に記載する(症状・原因・業務・配慮)  
配慮とともに医学的理由を付記。配慮が不要なことは症状も記載しない
6. 意見書は職場とのコミュニケーションのスタート  
ゴールは職場復帰、意見書作成がゴールではない



# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		
腰痛(腰椎転移)				
てんかん(脳転移)				
手足のしびれ(軽度)				
倦怠感				
ホットフラッシュ				
吐き気				
不安				

# 臨床場面での意見書作成の手順

1. 症状リストを作成する
2. **症状別配慮集を用い症状リストごとに安全配慮を検討する**
  - ・ 仕事をすることで病気が悪化するか
  - ・ 何らかの事故を誘因するか
3. 症状リストごとにReasonable Accommodationを検討する。  
ツール(症状別配慮集Reasonable Accommodationの例)を用いても可。  
実際の場面では、本人の選択、本人の申し出を重視する
4. 要求業務の大幅な変更が必要な場合には職場の受け入れを考慮する
5. 意見書に具体的に記載する(症状・原因・業務・配慮)  
配慮とともに医学的理由を付記。配慮が不要なことは症状も記載しない
6. 意見書は職場とのコミュニケーションのスタート  
ゴールは職場復帰、意見書作成がゴールではない

ICD10大項目	ICD10小項目	症状	個別症状の就労への影響	参考資料	身体上の負荷がある作業（配慮の類型1）											事故などの可能性がある作業（配慮の類型2）						
					立位作業	重筋作業	暑熱作業	寒冷作業	粉じん作業	振動作業	呼吸用保護具	感染リスク作業	心肺負荷作業	肝毒性作業	腎毒性作業	ひとり作業	高所作業	危険な機械操作・自動車の運転				
循環器系及び呼吸器系に関する症状及び徴候	R00— ペースメーカーの植え込み	不整脈	不整脈による意識消失発作により事故などを引き起こすことがある。また、心負荷により不整脈が悪化するリスクについても把握しておくことが必要である。ほかの人の目が届かないところで意識消失が起こることも注意が必要である。	日本循環器学会 / 日本不整脈心電学会合同ガイドライン 不整脈非薬物治療ガイドライン（2018年改訂版）															✓	✓	✓	✓
	R060—	呼吸困難（呼吸苦） 呼吸機能障害	心肺に負荷がかかる状況に注意が必要である。また、マスク着用による呼吸器への負担にも着目する必要がある。感染により呼吸機能が悪化する可能性もあるので注意が必要である。				✓		✓	✓	✓	✓										
	I50	息切れ（心機能障害） 心不全	循環動態に影響を及ぼすような作業として重筋作業・暑熱・寒冷作業などに注意が必要である。また、呼吸機能が悪化すると心負荷も悪化するので粉じん作業は呼吸用保護具の使用には注意が必要である。心機能の程度にもよるが、感染リスクのある作業は心不全を助長することもある。	2021年改訂版 心血管疾患におけるリハビリテーションに関する ガイドライン <a href="https://www.j-circ.or.jp/cms/wp-content/uploads/2021/03/JCS2021_Makita.pdf">https://www.j-circ.or.jp/cms/wp-content/uploads/2021/03/JCS2021_Makita.pdf</a>			✓	✓	✓	✓	✓	✓										
消化器系及び腹部に関する症状及び徴候	R15	排便回数が増加	排便回数が増加することについては、通勤中・勤務中ともコントロールできない状況が発生するためトイレに行きやすい環境を整備することが重要である。多くの障壁（バリア）は通勤時間や作業中の退出禁止などのルールの問題であることが多く、解決するためには事業場の理解や合意が必要である。																			
	R17—	黄疸（肝性脳症） 肝臓機能障害	化学物質の中には肝毒性のある化学物質（多くは塩素系有機溶剤）があるので工場などで勤務しているものについては注意が必要である。また、重症黄疸の場合、肝性脳症などにより作業時の不安全行動が発生する可能性にも注意が必要である。										✓						✓			
皮膚及び皮下組織に関する症状及び徴候	R20	しびれ	多くの抗がん剤では手足のしびれが発生する。手のしびれは日常生活に支障が出るような場合（Grade2以上）においては、細かい作業、水仕事、手足に負担のかかる重量物作業などに影響が出ることがある。	がん薬物療法に伴う抹消神経障害マネジメントの手引き 2017年版 / がんサポーターティブケア学会																		
神経系及び筋骨格系に関する症状及び徴候	R25	異常不随意運動	不随意運動により機械操作などに大きな影響が出る可能性について検討が必要である。																		✓	✓

# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		
腰痛(腰椎転移) 25	<input type="checkbox"/> 立位作業 <input type="checkbox"/> 重筋作業 <input type="checkbox"/> 振動作業	該当なし		
てんかん(脳転移) 19	該当なし	<input type="checkbox"/> ひとり作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input type="checkbox"/> 危険な機械作業		
手足のしびれ(軽度) 6	該当なし	<input type="checkbox"/> 危険な機械作業		
倦怠感	該当なし	該当なし		
ホットフラッシュ	該当なし	該当なし		
吐き気	該当なし	該当なし		
不安	該当なし	該当なし		

# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		
腰痛(腰椎転移) (25)	<input checked="" type="checkbox"/> 立位作業 <input checked="" type="checkbox"/> 重筋作業 <input type="checkbox"/> 振動作業	該当なし		
てんかん(脳転移) (19)	該当なし	<input type="checkbox"/> ひとり作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険		
手足のしびれ(6)	該当なし	<input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険		
倦怠感	該当なし	該当なし		
ホットフラッシュ	該当なし	該当なし		
吐き気	該当なし	該当なし		
不安	該当なし	該当なし		

# 症状別配慮集

## 安全配慮・対策のヒント

	重筋作業	化学物質	病原体感染 のある作業	一人作業	高所作業	危険な機械操作 ・自動車運転 ・顧客への危険
本質的対策	重筋作業を行わない	化学物質作業を行わない	病原体感染作業を行わない	一人作業を行わない	高所作業を行わない	危険作業を行わない
工学的対策	治具（補助具）を利用する	排気装置などで管理区分1とする	密閉化作業を行う	（作業の自動化）	（作業の自動化）	安全装置をつける
管理的対策	作業時間・回数を制限する	作業時間・回数を制限する	作業時間・回数を制限する	作業時間・回数を制限する	立位時間・回数を制限する	作業時間・回数を制限する
		可能な限り曝露量を低減する		複数人で作業を行う		
保護具	腰痛ベルトを用いる	防毒マスクを用いる	ウイルス対策のマスクを用いる	倒れた時の警報を準備	安全帯を着用する	緊急ブレーキをつける
						減災装置利用（エアバッグなど）
（自己保健義務）	腰痛体操を行う					

# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		
腰痛(腰椎転移) (25)	<input checked="" type="checkbox"/> 立位作業:長時間の立位は避ける <input checked="" type="checkbox"/> 重筋作業:重介護は避ける	該当なし		
てんかん(脳転移) (19)	該当なし	<input type="checkbox"/> ひとり作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険:重介護は避ける		
手足のしびれ(6)	該当なし	<input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険:重介護は避ける		
倦怠感	該当なし	該当なし		
ホットフラッシュ	該当なし	該当なし		
吐き気	該当なし	該当なし		
不安	該当なし	該当なし		

# 臨床場面での意見書作成の手順

1. 症状リストを作成する
2. 症状リストごとに安全配慮を検討する
  - ・ 仕事をすることで病気が悪化するか
  - ・ 何らかの事故を誘因するか
3. **症状リストごとにReasonable Accommodationを検討する。**  
ツール(症状別配慮集Reasonable Accommodationの例)を用いても可。  
**実際の場面では、本人の選択、本人の申し出を重視する**
4. 要求業務の大幅な変更が必要な場合には職場の受け入れを考慮する
5. 意見書に具体的に記載する(症状・原因・業務・配慮)  
配慮とともに医学的理由を付記。配慮が不要なことは症状も記載しない
6. 意見書は職場とのコミュニケーションのスタート  
ゴールは職場復帰、意見書作成がゴールではない



# Reasonable accommodation ヒント集

- 作業場の調整
- 作業内容の変更
- スケジュールの調整
- 事業場内ルールの変更
- 本人が安心できる環境整備
- 移動に関連する調整
- 視覚・色覚・聴覚障害に対する対応
- 内服・食事・血糖管理等に関すること
- アピアランスケア
- 補助具・マスクの使用
- その他

参考資料4 症状別配慮集 Reasonable Accommodationの例 【作業場の調整に関すること】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 休憩室の整備を行う。</li><li>● 椅子の配置をおこなう。</li><li>● 暑すぎない、寒すぎない環境を整備する。</li><li>● 広い作業スペースを準備する。</li></ul> 【作業内容の変更】過大・過少な仕事量を避ける。 <ul style="list-style-type: none"><li>● 休憩を取りやすい環境整備。</li><li>● 段階的な業務量の増加を認める。</li><li>● テレワーク（在宅勤務）を推進。</li><li>● 時差出勤・フレックス勤務を認める。</li><li>● 残業を免除する・短時間勤務を許可する。</li><li>● 交代制勤務・夜勤を免除する。</li><li>● 出張を免除する。</li><li>● 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。</li><li>● 業務量・業務内容について労働者の希望を聴取したうえで決定する。</li><li>● 仕事の役割・責任を明確にする。</li><li>● 複雑度の高い仕事をアサインする。</li><li>● ひとり作業の免除。</li></ul> 【スケジュールに関連すること】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 治療のスケジュールに合わせて勤務形態を検討。</li><li>● 期間の長い仕事を任せる。</li><li>● 受診や体調不良時に休みを取りやすくする。</li></ul> 【事業場内ルールの変更】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 制服以外の衣服の着用許可。</li><li>● 近い位置の駐車場を整備。</li><li>● 有給休暇取得しやすい環境整備、休暇可能日数を伝える。</li><li>● 職場の相談先を明確化する。</li><li>● トイレに行きやすい環境整備。</li><li>● オストメイト対応トイレを準備する。</li></ul> 【本人が安心できる環境整備】 <ul style="list-style-type: none"><li>● しっぴり休んだ後、帰ってきてほしいと伝える。</li><li>● 勤務情報提供を医療機関に提出する。</li><li>● 上司などを通じて体調について定期的に確認。</li></ul>	● 上司などを通じて必要な配慮について定期的に確認する。 【移動に関連する調整】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 安全な移動手段を提供する・確保する。</li><li>● 広い通路を準備する。</li><li>● 車いすで移動できる環境整備をする。</li><li>● 移動が少なくなるよう配置する。</li><li>● 段差を少なくする。</li><li>● 駐車場を広くする。</li><li>● エレベーターを設置する。</li><li>● 通路に視覚障害者誘導用ブロックを設置する。</li></ul> 【視覚障害・色覚障害・聴覚障害に対する対応】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 拡大ソフト・拡大鏡を準備する。</li><li>● 音声入力・読み上げソフトを準備する。</li><li>● ハイエコノラスタ素材を準備する。</li><li>● まぶしさを軽減するための眼鏡などの使用許可。</li><li>● 夜間の業務を制限し日中の業務を準備する。</li><li>● 色覚特性に応じた色を利用する。</li><li>● 補助器具を準備する。</li><li>● 手話ができる人を配属する。</li><li>● 筆談を許可する。</li></ul> 【内服・食事・血糖管理等に関すること】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 内服・食事の許可。</li><li>● 内服・血糖測定・インスリン投与・成分栄養剤（エンターナルなど）を摂取するなどの場所を提供。</li></ul> 【アピアランスケア】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 対人業務が少なくなるよう工夫する。</li><li>● メイクできる部屋を準備する。</li><li>● 更衣室を一人で利用できるよう工夫する。</li></ul> 【補助具・マスクの使用】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 電動ファン付き呼吸保護具を準備する。</li><li>● 重量物に器具を用いる。</li><li>● 補助員を配属する。</li></ul> 【その他】 <ul style="list-style-type: none"><li>● 困ったときに申し出をしやすい環境整備。</li><li>● 申し出を受ける人は定期的に確認する。</li></ul>
--	--

- 症状ごとに考える
- 本人に選択してもらう

# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		
腰痛(腰椎転移) (25)	<input checked="" type="checkbox"/> 立位作業:長時間の立位は避ける <input checked="" type="checkbox"/> 重筋作業:重介護は避ける	該当なし	必要な時に休憩したい	
てんかん(脳転移) (19)	該当なし	<input type="checkbox"/> ひとり作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険:重介護は避ける	不要	
手足のしびれ(6)	該当なし	<input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険:重介護は避ける	不要	
倦怠感	該当なし	該当なし	必要な時に休憩したい	
ホットフラッシュ	該当なし	該当なし	必要な時に休憩したい	
吐き気	該当なし	該当なし	吐き気が強い日はお休みしたい	
不安	該当なし	該当なし	不要	

# 臨床場面での意見書作成の手順

1. 症状リストを作成する
2. 症状リストごとに安全配慮を検討する
  - ・ 仕事をすることで病気が悪化するか
  - ・ 何らかの事故を誘因するか
3. 症状リストごとにReasonable Accommodationを検討する。  
ツール(症状別配慮集Reasonable Accommodationの例)を用いても可。  
実際の場面では、本人の選択、本人の申し出を重視する
4. **要求業務の大幅な変更が必要な場合には職場の受け入れを考慮する**
5. 意見書に具体的に記載する(症状・原因・業務・配慮)  
配慮とともに医学的理由を付記。配慮が不要なことは症状も記載しない
6. 意見書は職場とのコミュニケーションのスタート  
ゴールは職場復帰、意見書作成がゴールではない

# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		
腰痛(腰椎転移) (25)	<input checked="" type="checkbox"/> 立位作業:長時間の立位は避ける <input checked="" type="checkbox"/> 重筋作業:重介護は避ける	該当なし	必要な時に休憩したい	重介護ができないこと
てんかん(脳転移) (19)	該当なし	<input type="checkbox"/> ひとり作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険:重介護は避ける	不要	重介護ができないこと
手足のしびれ(6)	該当なし	<input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険:重介護は避ける	不要	重介護ができないこと
倦怠感	該当なし	該当なし	必要な時に休憩したい	該当なし
ホットフラッシュ	該当なし	該当なし	必要な時に休憩したい	該当なし
吐き気	該当なし	該当なし	吐き気が強い日はお休みしたい	該当なし
不安	該当なし	該当なし	不要	該当なし

# 臨床場面での意見書作成の手順

1. 症状リストを作成する
2. 症状リストごとに安全配慮を検討する
  - ・ 仕事をすることで病気が悪化するか
  - ・ 何らかの事故を誘因するか
3. 症状リストごとにReasonable Accommodationを検討する。  
ツール(症状別配慮集Reasonable Accommodationの例)を用いても可。  
実際の場面では、本人の選択、本人の申し出を重視する
4. 要求業務の大幅な変更が必要な場合には職場の受け入れを考慮する
5. **意見書に具体的に記載する(症状・原因・業務・配慮)**  
**配慮とともに医学的理由を付記。配慮が不要なことは症状も記載しない**
6. 意見書は職場とのコミュニケーションのスタート  
ゴールは職場復帰、意見書作成がゴールではない

# 配慮検討シート

症状 (プロブレム)	安全配慮		Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	病状悪化	事故		
腰痛(腰椎転移) (25)	<input checked="" type="checkbox"/> 立位作業:長時間の立位は避ける <input checked="" type="checkbox"/> 重筋作業:重介護は避ける	該当なし	必要な時に休憩したい	重介護ができないこと
てんかん(脳転移) (19)	該当なし	<input type="checkbox"/> ひとり作業 <input type="checkbox"/> 高所作業 <input checked="" type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険:重介護は避ける	不要	重介護ができないこと
手足のしびれ(6)	該当なし	<input type="checkbox"/> 危険な操作、顧客への危険	不要	重介護ができないこと
倦怠感	該当なし	該当なし	必要な時に休憩したい	該当なし
ホットフラッシュ	該当なし	該当なし	必要な時に休憩したい	該当なし
吐き気	該当なし	該当なし	吐き気が強い日はお休みしたい	該当なし
不安	該当なし	該当なし	不要	該当なし

# 配慮検討シート

1 症状 (プロブレム)	2 安全配慮		5 Reasonable accommodation	要求業務の 大幅な変更
	3 病状悪 4	事故		
腰痛(腰椎転移) (25)	<input checked="" type="checkbox"/> 立位作業:長時間の立位は避ける <input checked="" type="checkbox"/> 重筋作業:重介護は避ける	該当なし	必要な時に休憩したい	重介護ができないこと
てんかん(脳転移) (19)	該当なし	日ひとり作業	不要	重介護ができないこと
手足のしびれ(6)				
倦怠感				
ホットフラッシュ				
吐き気	該当なし	該当なし	吐き気が強い日はお休みしたい	該当なし
不安	該当なし	該当なし	不要	該当なし

1. (症状)腰椎転移があるので  
 2. (原因)病的骨折を起こす可能性があり  
 3. (業務1)立位作業について  
 4. (配慮1)長時間の業務は避けること  
 5. (業務2)重介護業務について  
 6. (配慮2)避けることが必要です  
 7. (RA)また、必要な際の休憩ができる環境整備が望ましい

# 職場復帰の可否等についての主治医意見書

<p>復職に関する意見</p>	<p> <input type="checkbox"/>復職可    <input checked="" type="checkbox"/>条件付き可    <input type="checkbox"/>現時点で不可         </p> <p> <b>意見</b>            乳がんに対し入院加療で、抗がん剤、放射線療法、ホルモン療法を実施した。以下の条件で就業は可能と考えられる。本人と話し合い具体的な職場復帰について検討してください。         </p>
<p>           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> <p style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block;">安全配慮</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 腰椎転移があるので、骨折を起こす可能性があり、立位作業について長時間は避けること、重介護業務は避けることが必要です。</li> <li>• 脳転移があるので、てんかん発作を起こした際患者に影響が及ぶ可能性があるがあるので、患者を移動させるような重介護について、避けることが望ましい。</li> </ul>
<p>その他の配慮事項</p> <p style="border: 1px solid red; padding: 2px; display: inline-block;">Reasonable accommodation</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 腰痛、倦怠感、ホットフラッシュに対し、必要な際の休憩ができる環境整備が望ましい</li> <li>• 吐き気が強い際は休暇が取れることが望ましい</li> </ul>
<p>上記の措置期間</p>	<p>20〇〇年〇月〇日 ~ 20〇〇年〇月〇日 (おおむね3カ月程度)</p>

20〇〇年〇月〇日    本人署名    ○○○○  
 20〇〇年〇月〇日    主治医署名    ○○○○



# 臨床場面での意見書作成の手順

1. 症状リストを作成する
2. 症状リストごとに安全配慮を検討する
  - ・ 仕事をすることで病気が悪化するか
  - ・ 何らかの事故を誘因するか
3. 症状リストごとにReasonable Accommodationを検討する。  
ツール(症状別配慮集Reasonable Accommodationの例)を用いても可。  
実際の場面では、本人の選択、本人の申し出を重視する
4. 要求業務の大幅な変更が必要な場合には職場の受け入れを考慮する
5. 意見書に具体的に記載する(症状・原因・業務・配慮)  
配慮とともに医学的理由を付記。配慮が不要なことは症状も記載しない
6. **意見書は職場とのコミュニケーションのスタート**  
ゴールは職場復帰、意見書作成がゴールではない

- ・ 本人が説明できるように支援が必要
- ・ フォローアップの必要性(2回目以降の算定)



このコンテンツは、厚生労働科学研究費補助金（労働安全衛生総合研究事業）  
「医療機関における治療と仕事の両立支援の推進に資する研究（20JA0601）」  
研究代表者 産業医科大学 立石清一郎 により作成されました。