

がん治療を受けながら、働き方や職場復帰について考えるときにご覧いただければと思い、

「がんと仕事のQ&A」

編集・発行 独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センターの内容を抜粋し、紹介します。



仕事で疲れているうえに治療の副作用もあり、家事が負担です。家族にもっと家事を助けてもらいたいのですが、どうしたらいいのでしょうか。



まずは仕事の疲れや副作用のつらさをご家族に伝え、治療前と同じようには家事ができないことをわかってもらいましょう。分担できる家事を割り振るのもよいでしょう。食事、掃除、洗濯、育児など、負担になる家事はそれぞれの家庭によります。今、あなたが抱えている家事をリスト化してご家族に見せるのも一案です。病気をきっかけにして、家事分担が進むご家庭は少なくありません。

