

病気があっても、学び、働き続けたいあなたへ

「続けたい」を、 あきらめない。

主治医・学校・職場への「相談前」に使える
アレルギー・膠原病と学業・仕事の両立を支援する

Q&Aチャットボット

悩みの整理、伝え方のヒント、
制度（休み・お金・手続き）の
入口の情報が1~3分で
見つかります。

【QRコードはる】

無料・登録不要

令和5-7年度 免疫アレルギー疾患患者に係る治療と仕事の両立支援モデル事業
国立病院機構三重病院

こんな場面で、立ち止まっていますか？

体調が不安定でも、無理をして出勤してしまう

休むたびに、周囲に申し訳なさを感じる

「病気のこと」をどこまで話せばよいのかわからない

制度があっても、使えない空気がある



これらの悩みは、あなたの努力や気持ちの問題ではありません。
治療と仕事を両立するには、

「正しい情報」と「相談のヒント」が必要です。

ぜんそく、食物アレルギー、アトピー性皮膚炎、関節リウマチなどの
病気を抱えながらも、学び続け、望む仕事につき、働き続けたいと願う
みなさんのために、厚生労働省は令和5年度より「免疫アレルギー疾患
患者に係る治療と仕事の両立支援モデル事業」を立ち上げました。
国立病院機構三重病院は、三重県におけるアレルギー疾患医療拠点病院
として、本モデル事業を受託し、これまで多くの患者さんのお話を
伺いながら、「どうすれば治療と仕事を両立できるのか」を一緒に
考えてきました。こうした取り組みの中から、みなさんが気軽に使うこ
とができ、悩みを整理し、解決の糸口を見つけるお手伝いをするツール
として、このチャットボットを作成しました。

まずは気軽にチャットボットに 相談してみませんか？



治療と仕事の両立について、

「ちょっと聞いてみたい」

「誰かに相談したい」

そう思ったときに、
すぐに使える相談先があります。
このチャットボットでは、
アレルギーや膠原病を抱える方が、
治療を続けながら学び、
働き続けるためのヒントを、
質問形式で気軽に確認することができます。

スマートフォンで
今すぐアクセス

【QRコードはる】

無料・登録不要

このチャットボットの対象となる方

- ぜんそく、アトピー性皮膚炎、食物アレルギー、
関節リウマチなどの疾患を抱える方
- 治療と仕事の両立について悩みや不安のある方
- ご家族や支援者として情報を知りたい方

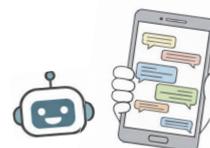
このチャットボットでできること

できること

- ✓ 困りごとの整理
何がつらいのか・何が必要なかを言語化
- ✓ 相談の準備
学校・職場・主治医に伝えるポイントが
わかる
- ✓ 制度の入口
休み・お金・手続きなどの一般情報がわかる

できないこと

- ✗ 診断や治療方針の決定
- ✗ 緊急症状への対応



使い方

QRコードからチャット画面を開いたら、2つの方法で相談できます。

- ①具体的に聞きたいことがある方
画面下の入力欄に、自由に質問を入力してください。
- ②何を聞けばいいかわからない方
「高校生」「社会人」などの立場や、「食物アレルギー」「アトピー性
皮膚炎」などの疾患を選んでみてください。
よくある質問が出てくるので、その中から選べます。

短くまとめる、さらに詳しくきくこともできます。
お気軽に使ってみてください。

こんな質問をすると、こんな答えが返ってきます

Q：休職した場合の傷病手当金について詳しく知りたいです。

A：傷病手当金は、病気やケガで働けなくなった際に、給与の一部を補填するための制度です。

以下の4つの支給条件を満たす必要があります。

- ①健康保険に加入していること ②業務外の病気やケガであること
③4日以上仕事を休んでいること ④給与が支払われていないこと

①については国民健康保険は対象になりません。

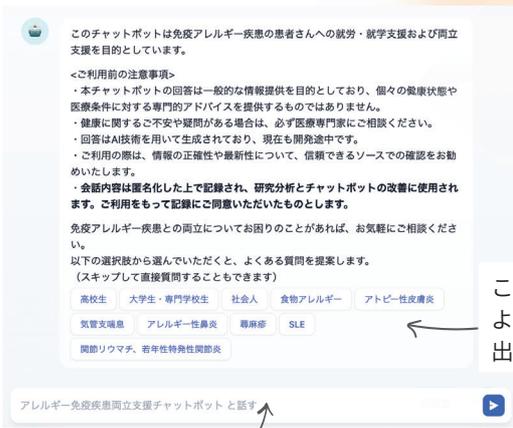
②については、業務上や通勤途中での病気やケガは労働者災害補償保険（労災保険）の給付対象となりますので、労働基準監督署にご相談ください。

なお、美容整形手術など健康保険の給付対象とならない治療のための療養は除きます。

③については、療養のために仕事を休み始めた日から連続した3日間（待期間）を除いて、4日目から支給対象となります。

この連続した3日間には、土日や祝日も含まれます。

④については、給与が一部だけ支給されている場合は、傷病手当金から給与支給分を減額して支給されることがあります。支給額は、標準報酬日額の約3分の2で、最長で1年6ヶ月間支給されます。申請には、主治医の意見書・勤務先の証明が必要で、申請書は所属する保険団体（協会けんぽや健康保険組合）から取得します。具体的な手続きや必要書類については、加入している協会けんぽや健康保険組合にお問い合わせください。



この中から選ぶとよくある質問が出てきます

具体的にききたいことがある方は、質問を直接入力

安心して使うためのお願い

1. 個人情報を入力しないでください

氏名、住所、学校名、会社名など個人が特定される情報は入力しないでください。個人が特定できない書き方でお答えできます。

2. 医療行為ではありません

一般的な情報提供を目的としています。症状や治療については、必ず医療機関・主治医にご相談ください。

3. 入力内容は改善に活用します

会話内容は匿名化した上で記録され、品質向上のために分析・活用されます。ご利用をもって同意いただいたものとします。

Q：治療費が高額になる場合、どのような経済的支援が受けられますか。

A：治療で費用が高額になる場合、以下のような制度や支援策を利用することで、経済的な負担を軽減することができます。

1. 高額療養費制度

1か月の医療費が一定額を超えた場合、その超過分が払い戻される制度です。収入に応じて自己負担の上限額が異なります。

医療機関での支払いを自己負担限度額までに抑える制度もあります。

2. 自治体の医療費助成制度

都道府県や市町村によっては、こども、ひとり親、障害者向けに医療費の一部を助成する制度があります。お住まいの自治体の福祉課や保健センターに確認してみてください。

3. 医療費控除（確定申告）

年間の医療費が10万円（または所得の5%）を超えた場合、確定申告を行うことで所得税や住民税が軽減される制度です。薬代や通院交通費も対象になる場合があります。

4. 指定難病医療費助成制度

疾患や重症度によっては、厚生労働省の指定難病医療費助成制度が適用されることがあります。

該当するかは医師に確認し、必要に応じて申請書類を整えます。

5. 製薬会社の相談窓口の活用

高額治療薬には、製薬会社による費用助成情報や相談窓口が設置されていることがあります。使用中の薬剤がある場合は、病院または薬局で情報を確認してください。

6. 両立支援ナビや医療ソーシャルワーカーの活用

厚生労働省の「治療と仕事の両立支援ナビ」や、病院にいる医療ソーシャルワーカーに相談すると、自分に合った制度や申請方法について助言を受けることができます。

Q：入社直後で、有給休暇がまだ付与されていませんが、病院を受診したい場合はどんな扱いになりますか。

A：入社直後で年次有給休暇（年休）がまだ付与されていない場合、通院は原則として「無給の欠勤・遅刻早退・中抜け」か、会社が就業規則で設けている「特別休暇（病気休暇・私傷病休暇）等」での対応になります。法定の年休は、雇入れから6か月継続勤務し全労働日の8割以上出勤して初めて付与されるため、それ以前は使えません。法定外の「病気休暇（私傷病休暇）」や時間・半日単位の休みを用意している会社もあるので、就業規則・人事に確認してください。

Q：就職活動で、膠原病であることを企業に伝えるべきか迷っています。

A：法律上、原則として必ず病気を申告しなければならないわけではありませんが、通院や治療のために勤務時間や業務内容の配慮が必要な場合は、どこかのタイミングで企業と話し合ったほうが入社後のミスマッチを防ぎやすくなります。

まず、主治医や学校のキャリアセンター等と一緒に、「どの程度の配慮が必要か」「そのうえでどのような働き方が可能か」を整理しておくといえます。

その上で、企業には、選考のどの段階で、誰に、どこまで伝えるかを決めます。

また、一般枠での応募だけでなく、障害者雇用枠や就労支援機関を利用する選択肢もあります。

自分に合う働き方やサポートの受け方を比較しながら検討してみてください。



Q：アレルギーの薬で眠くなるので、勉強や仕事に集中できません。

A：眠気が少ない種類の抗ヒスタミン薬があるので、主治医にお薬の変更や用量・内服時刻の調整を相談しましょう。
点鼻ステロイドや点眼薬など局所薬の併用も相談してみてください。



Q：食物アレルギーがあり、職場での会食の際の注意点を教えてください。

A：職場の会食では、事前準備と当日の注意が重要です。以下のような対策を取ることで、安全に参加できます。

【事前準備】

安心できるお店リストを作成：しゃぶしゃぶ、焼き鳥、焼肉など、アレルギーを避けやすいジャンルや具体的な店舗を把握しておく
お店への事前確認：可能であれば自分で直接お店に連絡し、アレルギーの使用状況や対応可能かを確認

幹事への相談：事前にアレルギーについて伝え、お店選びに協力してもらう

【当日の対策】

エビペンや抗ヒスタミン薬など、緊急時に備えて必要な薬を持参する
自分でも再度確認し、違和感があれば確認する
飲酒（アルコール）や体調不良、運動、ロキソプロフェン等の解熱鎮痛薬の内服、月経前、強い疲労や睡眠不足はアレルギー症状を悪化させる可能性があることを知っておく

**ここにご紹介したのは、ほんの一例です。
チャットボットでは、悩みを整理するヒントや、
相談前に知っておきたい情報をいつでも確認できます。**

利用者の声 （試験的に95名が使用）

「わかりやすい」 82%

「役に立った」 75%

「配慮点を複数教えてもらえた」
「共感してもらえて心が軽くなった」
「面接での伝え方がわかった」
「両立支援コーディネーターの存在を知れた」



今後、より使いやすくするために

このチャットボットは、みなさんの利用やアンケートをもとに改善を重ねていきます。よろしければ、利用後アンケート（所要1分）にご協力ください。匿名で回答でき、個人が特定される情報の入力是不要です。



<https://forms.gle/TpoXC8Djh2nVasvX8>

免疫アレルギー疾患をもちながら歩む人生



令和5年度の両立支援モデル事業として、全国52人の方から届いた「声」をまとめた冊子です。同じ悩みを抱える方の体験が、きっとヒントになります。ぜひご一読ください。

https://mie.hosp.go.jp/common/pdf/240530_allergy.pdf



作成

（令和5-7年度）厚生労働省 免疫アレルギー疾患患者に係る治療と仕事の両立支援モデル事業
国立病院機構 三重病院（三重県アレルギー疾患医療拠点病院）

お問い合わせ先

〒514-0125 三重県津市大里窪田町357
三重県アレルギー相談センター（国立病院機構三重病院内）
電話：毎週月曜日／木曜日 13：00～16：00 059-236-4155