

## 2) がんの告知

診断の結果を上手に受け止めるには・・・

### ① がんを告知することは

患者自身が「納得のいく治療」を選択するためには、自分の病名を知って、病気がどのような状態なのか、どのように経過するのか、イメージできることが大切です。また、抗がん剤や放射線治療を受ける場合は、何らかの副作用があるので、真実を知った上で自分自身のがんと向き合い、がんを克服するという気力が大切になってきます。

### ② 告知を受け止めるには

がんであると告知を受けたとき、ショックを受けて動揺するのは普通です。頭が真っ白になって、どのように家に帰ったかわからないという人や、「がん」と伝えられた後の説明を覚えていないという人もいます。数日から数週間は絶望して落ち込んだり、「まさかそんなはずはない」と否定したくなるのは当然のことです。(再発したときも同じです。) 不安感や抑うつ気分が強くなって、眠れなくなったり食欲がなくなったりすることもあるかもしれません。そのようなとき、我慢したり頑張ろうとしたりする必要はありません。受診施設の医療従事者や自分が信頼できる人に、不安やつらい気持ちを話してみましょう。話すことで気持ちの整理が付き、こころも落ち着いてきます。(三重県がん相談支援センターでは、悩みや不安についての相談を受けています。)

### 「がんの告知」7カ条

1. 「がん＝死」ではありません
2. 主治医にパートナーになってもらいましょう
3. 病気に対する心配を愛する人に隠さないように
4. 「自分自身が、がんをもたらした」と思わないで
5. 前向きに考えられないことがあっても、自分を責めないで
6. これまで、病気以外の苦難を乗り越えるために有効であった対処方法が、闘病にも役立つことがあります
7. 自分を安心させてくれる援助や自助グループを利用しましょう  
参考:「このころのケアに関する患者さん向けのガイドライン」  
(『サイコオンコロジー』J・C・ホーランド/J・H・ホーランド編  
河野博臣ほか監訳、メディサイエンス社)



「がんを生きるガイド」より引用

2

## 3) セカンドオピニオン

### ① セカンドオピニオンとは？

主治医の治療方針「ファーストオピニオン」を十分に理解したうえで、あなた自身の事情や価値観に最も適した納得の行く治療法を選択することができるように、主治医とは別の、違う医療機関の医師に「第2の意見」を求めることがセカンドオピニオンです。

患者が持参した紹介状や、診断の根拠となったCTなどの画像情報をみながら、第3者としての意見を述べるだけで、診察も検査も行いません。セカンドオピニオンを受けることで、病気の理解が深まったり、治療の選択の幅が広がり、より納得して治療に望むことができるようになります。結果としてその病院に転院することはあっても、『セカンドオピニオン＝転院』をするためのものではないことを覚えておきましょう。

セカンドオピニオンを受けたいという考えを主治医に言い出しにくいという人もみえますが、自分らしく納得できる選択をするために有用と考えられています。

### ② どこで受けられるの？

がんの治療をしている病院では「セカンドオピニオン外来」を設置しているところが増えてきています。

セカンドオピニオンを行っている病院や、専門領域などの情報については、かかりつけ病院の「相談窓口」にお問い合わせください。

### ③ どのように受けるの？

どの医療機関でセカンドオピニオンを受けるかを決めたら、その医療機関の窓口に連絡して必要な手続き(受診方法、予約、費用、診察時間、必要な書類)などを確認してください。

病気の進行度やがんの広がりなど正確な情報がわかる『紹介状』と、その根拠となったCTやMRIなどの画像情報などが必要になります。

資料は担当医にセカンドオピニオンを受けたい旨を話し、提供してもらいます。

セカンドオピニオンの費用は、基本的には保険がきかない自費診療で、30分～2万円程度が必要になります。

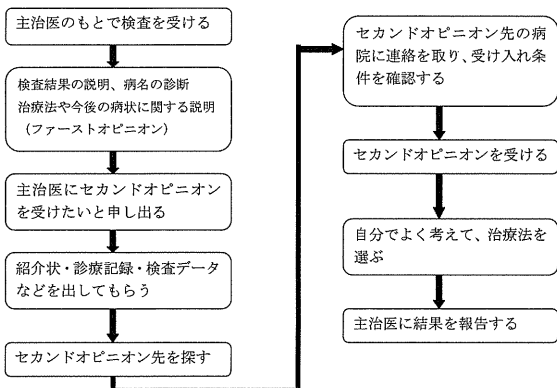
3

### ④ オピニオンは何番目までとればいいのか？

最近では、セカンドオピニオンだけでは納得できず、3番目、4番目のオピニオンを求められる方も増えてきています。ただし、たくさん医師の意見を聞き、自分でもインターネットなどで情報を集めるのはいいのですが、情報が多くなり、治療の選択肢も増えすぎて、どれを選んでいいのかわからなくなってしまう方もいます。

そういった事態を避けるためには、やはり最初が肝心です。セカンドオピニオンを受けるときには、「この病院やこの医師の言うことなら正しい」と思えるような病院や医師を選択することが大切になってきます。

### ⑤ セカンドオピニオンを受けるまでの流れ



\*一例を示しています。必ずしもこの通りに進むとは限りません。

4

## 4) 新 医者にかかる10箇条

～あなたが「いのちの主人公・からだの責任者」～

- ① 伝えたいことはメモして準備
- ② 対話の始まりはあいさつから
- ③ よりよい関係づくりはあなたにも責任が
- ④ 自覚症状と病歴はあなたの伝える大切な情報
- ⑤ これからの見通しを聞きましょう
- ⑥ その後の変化も伝える努力を
- ⑦ 大事なことはメモをとって確認
- ⑧ 納得できないときは何度でも質問を
- ⑨ 医療にも不確実なことや限界がある
- ⑩ 治療方法を定めるのはあなたです

～実践編～

### 検査

- \* なぜ検査の必要があるのですか。
- \* どこを調べる検査ですか。
- \* 検査はどのようなスケジュールでおこなわれるのですか。
- \* 検査でどのようなことがわかりますか。
- \* どのような方法でおこなわれるのですか。
- \* その検査はどのような苦痛を伴いますか。
- \* どのような危険がありますか。
- \* この検査にかかる時間はどのくらいですか。
- \* 検査でわかった私の病気はどんな具合ですか。

### 治療

- \* 治療期間中はどのようなスケジュールですか。
- \* どのような治療ですか。
- \* 治療中に何か制約されることはありますか。
- \* どのような変化が期待できますか。
- \* どのような危険がありますか。
- \* その治療を受けないとどうなりますか。
- \* 治療後、日常生活に変化が起きる可能性はありますか。
- \* 治療後の回復にどのくらいかかりますか。
- \* ほかにどんな治療法がありますか。



5

くすり

- \* 何という名前のくすりですか。
- \* 何に効くくすりですか。
- \* このくすりを飲んでいて気をつける症状(副作用)は何ですか。
- \* 変わった症状が出たときはどうすればいいですか。
- \* ほかのくすりや食べ物と一緒に飲んでもだいじょうぶですか。
- \* いつまで飲む予定ですか。
- \* このくすりより安くて良いものはありますか。
- \* 安いくすり比べてどのように効果異なるのですか。

入院

- \* 入院が必要な理由と目的を教えてください。
- \* 入院中におこなわれるのは、どのような検査や治療ですか。
- \* 入院中に外出や外泊はどのくらいできますか。
- \* 予想される入院期間はどのくらいですか。
- \* 退院後の生活はどのようになるんですか。
- \* かかりつけ医を紹介してください。

その他

- \* 私の病気の原因は何ですか。
- \* 今回の病気はもとも持っている病気と関係ありますか。
- \* 日常生活で気をつけることは何でしょう。
- \* (それぞれの場面で)どのくらい費用がかかりますか。

NPO 法人 ささえあい医療人権センターCOML より引用

2. 三重県のがん医療機関



1) 県内のがん診療連携拠点病院

がん診療連携拠点病院とは、全国どこでも「質の高いがん医療」を提供することを目指して、各都道府県知事からの推薦、さらに検討会の意見を踏まえて、厚生労働大臣が指定した病院です。

専門的ながん医療の提供、がん診療の連携協力体制の整備、および患者さんへの相談支援や情報提供などを担う役割があります。

特に、各都道府県におけるがん医療の中心となる役割を担う「都道府県がん診療連携拠点病院」を都道府県に1カ所、「地域がん診療連携拠点病院」は原則2次医療圏ごとに整備されています。指定された病院は、がん医療の内容や設備、がんに関する情報提供などが整備されています。

2) 県内のがん診療連携推進病院

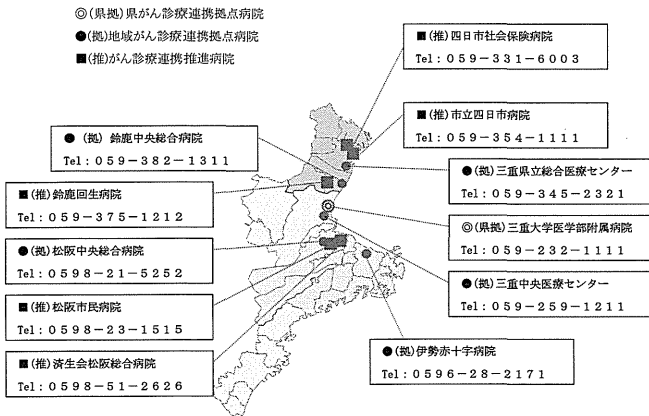
三重県では、がん診療連携拠点病院の他に、「三重県がん診療連携推進病院」を指定しています。県内のがん診療連携の充実をはかり、県民に安心かつ適切な医療が提供されることを目的としています。

3) 県内の緩和ケア病棟のある病院

緩和ケアは、がんの進行によって生じるからだの痛み、心の痛みなどを和らげ、その人らしく生活できるように総合的に支援します。緩和ケア病棟とは、緩和ケアを専門に提供する病棟です。県内には、次の6つの医療機関に緩和ケア病棟があります。

病院名	所在地	電話
三重聖十字病院	三重郡菟野町宿野 1219-1	059-391-0123
藤田保健衛生大学七栗サナトリウム	津市大島町 424-1	059-252-1555
松阪市民病院	松阪市殿町 1550	0598-23-1515
松阪厚生病院	松阪市久保町 1927-2	0598-29-1311
済生会松阪総合病院	松阪市朝日町1区 15-6	0598-51-2626
伊勢赤十字病院	伊勢市船江1丁目 472-1	0596-28-2171

《三重県内のがん診療連携拠点病院、がん診療連携推進病院》



4) 三重県医療安心ネットワークについて

三重県内の複数の医療機関で、個人情報保護した上で、ID-Link という仕組みにより、患者さんから同意を得た上でインターネット回線を用い医療情報を共有するシステムです。お薬の処方、血液検査の結果、レントゲンやCTなどの画像情報とレポートなどが、異なる病院間で共有されます。医療情報を共有することで、がんをはじめとした各地域連携クリティカルパスの円滑な運用及び、県内における安心・安全かつ切れ目のない医療提供体制の充実をめざすものです。現在連携拠点病院として三重大学医学部附属病院、三重中央医療センター、鈴鹿中央総合病院、松阪中央総合病院、済生会松阪総合病院、紀南病院が参加しています。(伊勢赤十字病院は、H25年1月から参加予定)

3. 三重県のがん相談窓口



1) 県内のがん相談支援センター

三重県では、県としてがん相談支援センターを設置しており、各診療連携拠点病院、診療連携推進病院にも設置されています。窓口では、受診者以外の方の相談も受け付けています。

<p>三重県がん相談支援センター 〒514-8567 津市桜橋3丁目 446-34 (三重県庁津庁舎保健棟1階)</p>	<p>相談日：月曜～金曜、第1日曜日(翌日の月曜日は休み) *土日祝日、年末年始は休み 受付時間：9時～16時30分 TEL：059-223-1616 FAX：059-253-3551 <a href="http://www.gansupport-mie.jp">http://www.gansupport-mie.jp</a></p>
<p>県がん診療連携拠点病院 三重大学医学部附属病院 (医療福祉支援センター) 〒514-8507 津市江戸橋2丁目 174</p>	<p>相談日：月曜～金曜(祝祭日除く) 相談時間：8時30分～17時 TEL：059-231-5434(直通) FAX：059-231-5435 <a href="http://www.hosp.mie-u.ac.jp/section/bumon/iryuo_fukushi/">http://www.hosp.mie-u.ac.jp/section/bumon/iryuo_fukushi/</a></p>
<p>地域がん診療連携拠点病院 県立総合医療センター (地域連携課) 〒510-8561 四日市市大字日永 5450-132</p>	<p>相談日：月曜～金曜(祝祭日除く) 相談時間：9時～16時30分(月・木は午前) TEL：059-345-2321 FAX：059-347-3511 <a href="http://www.mie-gmc.jp/">http://www.mie-gmc.jp/</a></p>
<p>地域がん診療連携拠点病院 鈴鹿中央総合病院 (医療福祉相談センター(がん相談窓口)) 〒513-8630 鈴鹿市安塚町山之花 1275-184</p>	<p>相談日：月曜～金曜(祝祭日除く) 相談時間：9時～17時 ※予約優先制 TEL：059-384-2225 FAX：059-384-3693 <a href="http://www.miekosei.or.jp/2_sch/index.html">http://www.miekosei.or.jp/2_sch/index.html</a></p>
<p>地域がん診療連携拠点病院 三重中央医療センター (地域連携総合相談支援センター) 〒514-1101 津市久居明神町 2158-5</p>	<p>相談日：月曜～金曜(祝祭日除く) TEL：059-259-1211(代表) FAX：059-259-0771 <a href="http://www.miechoo-hosp.jp">http://www.miechoo-hosp.jp</a></p>
<p>地域がん診療連携拠点病院 松阪中央総合病院 (医療福祉相談室(がん相談窓口)) 〒515-8566 松阪市川井町字小望 102</p>	<p>相談日：月曜～金曜(祝祭日除く) 相談時間：8時30分～16時30分 ※予約優先制 TEL：0598-21-5252(内線2249) FAX：0598-21-9555 <a href="http://www.miechoei.or.jp/1_sch/kanjya/b-sodan.html">http://www.miechoei.or.jp/1_sch/kanjya/b-sodan.html</a></p>
<p>地域がん診療連携拠点病院 伊勢赤十字病院 (がんの相談窓口・医療社会事業部) 〒516-8512 伊勢市船江1丁目 471番2</p>	<p>相談日：月曜～金曜(祝祭日・年末年始・5/1除く) 相談時間：9時30分～17時 TEL：0596-65-5151 FAX：0596-65-5107 <a href="http://www.ise.jrc.or.jp/index.html">http://www.ise.jrc.or.jp/index.html</a></p>

がん診療連携推進病院 四日市社会保険病院 (がん相談支援室) 〒510-0016 四日市市羽津山町 10-8	相談日：毎月第1、第3木曜日 相談時間：13時30分～15時30分 TEL：059-331-6003 (地域連携室直通) FAX：059-331-6004 (地域連携室直通) <a href="http://www.hazu-yokkaichihp.jp/">http://www.hazu-yokkaichihp.jp/</a>
がん診療連携推進病院 市立四日市病院 (地域連携・医療相談センター「サルビア」) 〒510-8567 三重県四日市市芝田2丁目2-37	相談日：月曜日～金曜日 (祝祭日除く) 相談時間：9時～17時 TEL：059-354-1111 (代表) FAX：059-354-2214 (直通) <a href="http://www.city.yokkaichi.mie.jp/hospital/">http://www.city.yokkaichi.mie.jp/hospital/</a>
がん診療連携推進病院 鈴鹿回生病院 (医療相談室・がん相談窓口) 〒513-8505 鈴鹿市国府町 112	相談日：月曜～金曜 (祝祭日除く) 相談時間：9時～17時 ※予約優先 TEL：059-375-1212 (代表) FAX：059-375-1717 <a href="http://www.kaiseihp.com">http://www.kaiseihp.com</a>
がん診療連携推進病院 松阪市民病院 (地域連携課 (がん相談窓口)) 〒515-8544 松阪市殿町 1560 番地	相談日：月曜～金曜 (祝祭日除く) 相談時間：8時30分～15時30分 TEL：0598-21-8892 FAX：0598-21-8793 <a href="http://www.city-hosp.matsusaka.mie.jp/">http://www.city-hosp.matsusaka.mie.jp/</a>
がん診療連携推進病院 済生会松阪総合病院 (医療相談支援センター) 〒515-8557 松阪市朝日町一区 15-6	相談日：月曜～金曜 (祝祭日・年末年始除く) 相談時間：9時～15時 ※予約優先制 TEL：0598-52-1533 (予約専用電話) FAX：0598-51-6557 (代表) <a href="http://www.matsusaka.saiseikai.or.jp/">http://www.matsusaka.saiseikai.or.jp/</a>

2) 市町のがん相談窓口

問い合わせ先	市町のがん相談窓口 P23、P24 参照
--------	----------------------

10

5) 障害福祉サービスについて

居宅において、入浴、排せつ及び食事等の介護、調理、洗濯及び掃除等の家事並びに生活等に関する相談及び助言、その他の生活全般にわたる援助を行います。

《対象者》

障害程度区分が区分の認定を受け、支給決定を受けている方

問い合わせ先	市町の障害福祉担当窓口
--------	-------------

障害を患った方への制度について P16 もご覧下さい。



大事なことをメモしておきましょう！

Memo

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

12

4. 自宅で療養するには



在宅療養を支える、介護保険や市町のサービスなどを紹介します。在宅療養を続ける中で心配なことがある時は、市町の相談窓口や下記の機関に相談しましょう。

問い合わせ先	市町のがん相談窓口 P23、P24 参照
--------	----------------------

2) 在宅療養支援診療所について

患者さんの在宅療養を支える診療所です。患者さんやご家族からの連絡に365日24時間体制で応じ、必要な場合は訪問診療（往診）や訪問看護を行います。

問い合わせ先	WAM-NET (独立行政法人福祉医療機構のホームページ) <a href="http://www.wam.go.jp/iryo/">http://www.wam.go.jp/iryo/</a>
--------	--

3) 訪問看護について

訪問看護ステーションから専門の看護師等が自宅を訪問し、病状や療養生活を見守り、適切な判断に基づいたケアとアドバイスで、在宅での療養生活が送れるように支援します。医師や関係機関と連携をとり、さまざまな在宅ケアサービスの使い方を提案します。

問い合わせ先	三重県訪問看護ステーション一覧 <a href="http://www.mie-nurse.or.jp/st-mie/station/index.html">http://www.mie-nurse.or.jp/st-mie/station/index.html</a>
--------	--

4) 介護保険の手続き及び利用について

介護保険の被保険者で、がんの積極的な治療がむずかしくなったがん患者さんが介護を必要としたときに、市町に申請して要介護認定を受けることにより介護サービスを利用できます。(1割の自己負担が必要) 在宅サービスには、訪問介護、訪問入浴、訪問看護、訪問リハビリテーションなどがあります。介護認定には時間がかかりますので、早めに申請することをおすすめします。

問い合わせ先	市町の介護保険担当課 P28 参照 地域包括支援センター一覧 <a href="http://www.pref.mie.lg.jp/CHOJUS/HP/houkatu/H23meibo.pdf">http://www.pref.mie.lg.jp/CHOJUS/HP/houkatu/H23meibo.pdf</a> 三重県介護サービス情報公表システム HP 一覧 <a href="http://www.kaigokouhyou.jp/kaigosip/Top.do?PCD=24">http://www.kaigokouhyou.jp/kaigosip/Top.do?PCD=24</a>
--------	--

11

5. 医療費・生活費



1) 医療費が高額になったときに

①高額療養費制度

1ヶ月(月の初めから終わりまで)に支払った医療費の合計が、一定の限度額(上限額)を超えた場合、申請することにより、その超えた部分が各公的医療保険から払い戻される制度を高額療養費制度といいます。払い戻しには4ヶ月程度かかります。  
\*入院時の食事負担や差額ベッド代等を含みません。

問い合わせ先	加入する公的医療保険の窓口 P14参照
--------	---------------------

②限度額適用認定証

69歳以下の方(または70歳以上の住民税非課税の方)で、1ヶ月(月の初めから終わりまで)に支払う医療費の合計金額が自己負担限度額を超えそうな場合には、加入している健康保険組合・全国健康保険協会・市町村(国民健康保険・後期高齢者医療制度)などで「限度額適用認定証」(住民税非課税世帯の方は「限度額適用・標準負担額減額認定証」)を申請し、交付された「認定証」を医療機関等の窓口に掲示しておくことで、窓口での支払いを自己負担限度額(上限額)までにとどめることができます。また、住民税非課税世帯の方は、この「認定証」で食事代も減額されます。  
70歳以上で「現役並み所得」または「一般」の所得区分に該当する方は、「高齢受給者証」または「後期高齢者医療被保険者証」を提示することにより、窓口での支払いを自己負担限度額までにとどめることができます。

問い合わせ先	加入する公的医療保険の窓口 P14参照
--------	---------------------

《自己負担額限度額(上限額)の目安》

・70歳未満の方

区分	限度額(上限額)
上位所得者世帯	自己負担額=150,000+(総医療費-500,000)×0.01 円
一般世帯	自己負担額=80,100+(総医療費-267,000)×0.01 円
非課税世帯	上限額は定額 35,400 円

・70歳以上の方

区分	外来 (個人ごと)	入院および入院した月の外来分(世帯ごと)
現役並み所得者	44,400 円	80,100+(総医療費-267,000)×0.01 円
一般世帯	12,000 円	44,400 円
低所得者Ⅱ	8,000 円	24,600 円
低所得者Ⅰ	8,000 円	15,000 円

13

申請先一覧（公的医療保険窓口）

保険の種類	対象者	問い合わせ先
健康保険 協会けんぽ (全国健康 保険協会) 組合管掌 健康保険	健康保険組合以外の従業員5人以上 の事業所の従業員	全国健康保険協会 三重支部 TEL: 059-225-3311
	大企業やそのグループ企業の従業員	各健康保険組合 担当窓口
国民健康保険	職場の健康保険に加入していない方	市町の国民健康保険窓 口
	国保組合を組織する業種で働く方	各国保組合窓口
共済組合	公務員や、私立学校教職員など	各共済組合担当窓口
船員保険	一定基準以上の船舶の船員	全国健康保険協会
後期高齢者医療 制度	75歳以上の方 (65歳以上で三重県後期高齢者医療 広域連合組合に一定の障害があると において認定された方)	市町の介護保険窓口

2) 医療費・療養費の貸付制度について

当面の医療費の支払いに充てる資金として、無利子で高額医療費支給見込額の8割程度の貸付を行う制度です。

問い合わせ先	加入する公的医療保険の窓口
--------	---------------

3) 医療費の助成について

① 小児がんの医療費助成 → 小児慢性特定疾患治療助成制度

がんを含む小児慢性特定疾患の治療（保険診療分）にかかった費用を給付する制度です。（一部自己負担金あり）

対 象	厚生労働省が定める11疾患群、514疾病の18歳未満の児童 (引続き治療が必要であると認められる場合には満20歳未満)
問い合わせ先	住居地の保健所 P23参照

② 心身に重度の障害がある方 → 重度心身障害者（児）医療費助成

健康保険等の各医療保険に加入している障害者の方が病院等で受診された場合、支払った医療費の一部が助成される制度です。（所得制限があり）市町により制度が異なります。

問い合わせ先	市町の医療給付窓口
--------	-----------

14

③ ひとり親家庭の方 → 一人親家庭等医療費助成制度

健康保険等の各医療保険に加入している一人親家庭等の方が病院等で受診された場合、支払った医療費の一部が助成される一人親家庭等医療費助成制度です。（所得制限あり）市町により制度が異なります。

対象者	・18歳（18歳の誕生日直後の3月31日まで）までの児童を扶養している一人親家庭の母又は父およびその児童 ・父母のいない18歳（18歳の誕生日直後の3月31日まで）までの児童
問い合わせ先	市町の医療給付窓口

④ 生活保護

いろいろな努力をして、なおかつ生活が成り立たない場合に、最低限度の生活を保障し、自立に向けて手助けをする制度です。医療は医療扶助として給付を受けることができます。

問い合わせ先	市町の生活保護担当窓口 または地域の民生委員
--------	------------------------

4) 生活費について

① 傷病手当金

会社員や公務員などが、病気やけがのために会社を休み、事業主（会社）から給与が受けられない方に支給される制度です。1日につき標準報酬日額の3分の2相当額が、最長1年6ヶ月支給されます。

問い合わせ先	勤務先で加入する公的医療保険の窓口 P14参照
--------	-------------------------

② 失業手当

雇用保険に加入していた方を対象とした、失業中の生活支援のための制度です。働ける状態で再就職の意思があること、退職前の1年間で6ヶ月以上の保険加入期間があることなどが重要です。給付日数は、加入機関や退職理由、退職年齢によって変わります。

問い合わせ先	住居地管轄のハローワーク P27参照
--------	--------------------

③ 所得税の医療費控除

自分や家族が1年間に高額な医療費を支払った場合、確定申告をすることによって税金が戻る制度です。

問い合わせ先	住居地管轄の税務署 P27参照
--------	-----------------

15

④ 生活福祉基金の貸付

収入が少なく必要な資金の融資を他から受ける事が困難な世帯や、障害者、高齢者のいる世帯の生活安定、向上を目的に様々な資金を貸し付ける制度です。

問い合わせ先	市町の社会福祉協議会 P25、P26参照
--------	----------------------

5) 障害を患った方への制度について

① 身体障害者手帳

身体に障害が残った方の日常生活の不自由を補うための助成制度で、視覚障害、聴覚または平衡機能障害、音声言語またはそしゃく機能障害、肢体不自由、心臓・腎臓・呼吸器・膀胱または直腸・小腸・免疫・肝臓の機能障害の方に対して、その障害の程度に応じて発行されます。人工肛門や人工膀胱の造設ケアを受けている方や、咽頭部を摘出した方などが対象になります。

問い合わせ先	市町の障害福祉担当窓口
--------	-------------

② 障害年金

病気やけがなどで障害が残った場合、65歳未満であっても一定の要件を満たしている年金を受け取ることができる制度です。日常生活や仕事に著しい制限を受ける状態となった方が受給の対象となります。

	障害基礎年金 (国民年金) 1級・2級	障害厚生年金 (厚生年金) 1級・2級・3級	障害共済年金 (共済年金) 1級・2級・3級
問い合わせ先	市町の担当窓口 P23 P24参照 年金事務所 P26参照	年金事務所 P26参照	職場の 共済組合事務局

③ 重度障害者（児）の療養生活支援について→日常生活用具の給付（貸与）

重度障害者（児）の方が、より快適に日常生活が送れるように、障害の程度に応じて用具が給付（貸与）される制度です。（自己負担あり）

問い合わせ先	市町の障害福祉担当窓口
--------	-------------

16

6. がんと仕事



1) 仕事を続けるためには

がんの治療を受けながら仕事を続けている方、新たに就職を考えている方は次のような不安があるかもしれません。  
病気のことで、体力のことで、職場での仕事内容、上司や同僚との関係  
収入のことで、治療費のことで、  
そんなときは、一人で抱え込まずに相談できる人や窓口を探してみましょう。

① 主治医に相談する

就労できるか、仕事の内容、勤務時間、勤務日数など具体的に質問をしてみましょう。また、今後の治療スケジュールや入院の必要性、考えられる副作用や日常生活上の注意などについても聞いておきましょう。

② 自分の体の声を聞く

仕事は、「生計を立てるため」だけではなく、「生きがい」「やりがい」という面もあります。頑張り過ぎてしまわないように、仕事内容や働く時間など体の状態に合わせることも大切です。

③ 職場の理解を得るために

職場では、信頼できる上司や人事担当者、または産業医と呼ばれる医師や、保健師に相談しましょう。また、休暇制度などの職場の制度を活用しましょう。

2) 就労支援相談窓口

① 三重労働局総合労働相談

労働条件、いじめ・嫌がらせ、募集・採用など、労働問題に関するあらゆる分野についての労働者、事業主からの相談を、専門の相談員が面談・電話で受けています。

☆ 女性相談員がいます。

〒514-8524	津市島崎町327-2 津第二地方合同庁舎内	TEL: 059-226-2110
-----------	-----------------------	-------------------

17

② 三重県労働相談室

労働に関する困りごとに専門の相談員が対応します。

〒514-0004 津市栄町1丁目891	フリーダイヤル：0120-311018 (県内であれば、携帯電話もつながります)
ポルトガル語、スペイン語の通訳による相談	平日毎日 午前9時～午後4時30分
労働相談 (無料、電話・面談)	月・水・金曜日 午前9時～午後5時 火・木曜日 午前9時～午後7時
弁護士相談 (2日前までに予約が必要)	毎月第2金曜日 午後1時～午後4時
メンタルヘルスカウンセリング (2日前までに予約が必要)	毎月第2・第4水曜日 午後1時30分～午後4時30分

③ 求職活動・失業給付の窓口

問い合わせ先	住居地管轄のハローワーク P27参照
--------	--------------------

7. がん患者会とがんサロン



同じ病気や障害を持ったがん患者さんや家族、大切な人をがんで亡くされた方が集まり、悩みや不安を共有したり、情報交換、親睦旅行、勉強会などを開催し、患者さんや家族、遺族の方の交流を図る活動をしています。

1) 県内のがん患者会

患者会名	がんの種類	連絡先
がんの子どもを守る会	小児がん	東海三重支部 TEL: 059-370-0056(庄下)
ひだまり	三重大学小児病棟において闘病する子供及びその家族	TEL: 059-370-0056(庄下)
紀南病院「和みの会」	がん患者と家族	TEL: 05979-2-1333(代表)
金つなぎの会	すべてのがん、難病の方	FAX: 0595-63-7674
勇気の会	骨髄バンク推進連絡協議会	TEL: 059-226-8406
三重喉友会	喉頭摘出術を受けた方	TEL: 0595-45-7008
すずらの会	乳がん患者	TEL: 059-373-7783
コスモス会	乳がん患者	済生会松阪総合病院内
ひまわり会	乳がん・乳腺疾患患者	津生協病院内 TEL: 059-225-2848
あどばた	胃切除患者および家族	津生協病院附属診療所内 TEL: 059-225-6161
くすの木班	ストーマ造設者	TEL: 059-354-8295
友愛会	人工肛門患者および家族	TEL: 0596-52-5623
三互会	人工膀胱患者および家族	TEL: 059-245-1699
イエローハート	婦人科(子宮・卵巣など)がん	TEL: 059-223-1616

2) 県内のがん患者サロン

① 地域サロン

「がん患者と家族の方のおしゃべりサロン」 参加無料・予約不要  
三重県がん相談支援センター TEL: 059-223-1616

地域	場所	開催日	時間
津	三重県津庁舎	毎月第2木曜	13:30～15:30
伊勢	縁(えにし)の家 (いせ在宅医療クリニック隣)	毎月第3木曜	13:30～15:30
伊賀	岡波総合病院	奇数月第3土曜 要確認	13:00～15:30
四日市	未定	年2回予定	13:30～15:30

② 院内サロン

病院名	名称	開催日時	費用・予約	問い合わせ先
県立総合医療センター	患者サロン	毎月第1月曜日 (1月のみ第3月曜日) 10:00～12:00	無料・予約不要	地域連携室 TEL: 059-345-2321
	がんサポート室 がん情報コーナー	月・木 9:00～12:00 火・水・金 9:00～17:00	無料 院内外患者・家族	
鈴鹿中央総合病院	患者サロン	毎月第3金曜日 14:00～15:30	無料・要予約	医療福祉相談センター TEL: 059-384-2226
三重大学医学部 附属病院	勉強会と交流会	定期的に開催 日程はお問合せ下さい。	無料・要予約 院内外問わず	リボンズハウス TEL: 059-232-1111
	リボンズハウス	月～金 9:00～16:00	無料・要予約 家族・地域住民	
三重中央医療センター	勉強会と交流会	毎月第2水曜 13:30～15:00	無料・要予約 院内外問わず	地域連携総合相談センター TEL: 059-259-1211
	患者サロン・クローバー	月・水 10:00～15:00	無料 がん患者・家族	
松阪中央総合病院	ひまわり	毎月第4月曜日 14:00～15:30	無料・要予約 院内外問わず	医療福祉相談室 TEL: 0598-21-5252
伊勢赤十字病院	がん患者と家族のための学習会・交流会	毎月第2火曜日 14:00～16:00	無料・要予約 院内外問わず	地域医療連携課 TEL: 0596-28-2171
	がんサロン「なごみ」患者図書館	月～金 10:00～16:00	無料、がん患者・家族 院内外問わず	
紀南病院	和みの会	不定期 1回 600円	要予約	看護部長室 TEL: 05979-2-1333

3) グリーフケアサロン がん死別体験をわかちあう会 『おあしす』

開催日: 毎月 第4木曜日 13:30～15:30  
場所: 三重県津庁舎 保健所棟1階  
対象者: がんで大切な人を亡くされた方  
参加費: 無料



初めての方は、事前にお問い合わせ下さい。  
三重県がん相談支援センター TEL 059-223-1616

8. 療養に役立つ情報を探す



- ◎ 国立がん研究センター がん情報サービス(がんの病態・治療・医療機関など)  
<http://ganjoho.jp/>
- ◎ 先端医療振興財団 がん情報サイト  
<http://cancerinfo.tri-kobe.org/>
- ◎ 日本癌治療学会 (がん診療ガイドライン)  
<http://jSCO.umin.ac.jp/index-j.html>
- ◎ 医薬品医療器情報 (薬や医療機器に関する情報や相談)  
<http://www.info.pmda.go.jp/ippan.html>
- ◎ 国立健康・栄養研究所(健康食品の安全性・有効性情報)  
<http://fhnet.nih.go.jp/>
- ◎ 財団法人がんの子供を守る会 (小児がんの子供や家族の支援と情報)  
<http://www.ccaj-found.or.jp/>
- ◎ 患者必携 がんになったら手にとるガイド (がんの情報を取りまとめた冊子)  
<http://ganjoho.jp/hikkei/index.html>
- ◎ 別冊 わたしの療養情報 (あなたの病気について、大切にしていることを記録しましょう)  
[http://ganjoho.jp/public/qa\\_links/hikkei/hikkei01.html#prg3\\_1](http://ganjoho.jp/public/qa_links/hikkei/hikkei01.html#prg3_1)



9. 療養に役立つサービスを探す

療養生活を送るために、役立つ制度や窓口について紹介します。

制度・サービスなど	内容	窓口
患者・家族のための宿泊施設について	小児がんの患者・家族のための宿泊施設の案内	三重ファミリールーム運営委員会 三重大学医学部小児科 TEL: 059-232-1111 (内5512)
傷病手当金について	病気やケガで仕事を休んだことにより収入が減ったり、支給されなかった場合の所得保障(最長1年6ヶ月)	全国健康保険協会、各組合健康保険、共済組合等の医療保険の担当窓口
失業手当について	雇用保険加入者対象の失業中の生活支援手当	住居地管轄のハローワーク P27参照
介護保険について	介護認定の申請、介護サービスの受け方について(訪問介護、通所介護、福祉用具貸与など)	市町の介護保険担当課 地域包括支援センター 三重県介護サービス情報公表システムHP一覧
訪問看護について	自宅で療養生活を送るために訪問看護の利用について	訪問看護ステーション 全国訪問看護事業協会HP一覧
障害について	障害認定の申請等	市町の福祉課 三重県障害者相談支援センター TEL: 059-236-0400
難病について	難病患者や家族に対する相談支援	三重県難病相談支援センター TEL: 059-223-5035
薬のことについて	薬について、わからないこと、知りたいことについて	(社)三重県薬剤師会薬事情報センター(くすりの相談テレホン) TEL: 059-228-1113
子どものサポートについて	入院中や介護中の親に代わって保育サポート(緊急時の預かり、宿泊など)の紹介	みえ子育て支援緊急サポートワーク
多言語相談	外国人住民が生活の中で感じる疑問や悩みごとの相談に、8言語で対応します。	三重県国際交流財団 アスト津3階 TEL: 059-223-5006

10. 市町の窓口、問い合わせ先など

1) 県、保健福祉事務所(保健所)

県：がんについての窓口

担当部署	〒	住所	電話番号	FAX番号
三重県健康福祉部医療対策局 健康づくり課	514-8570	津市広明町13番地	059-224-2294	059-224-2340

保健福祉事務所(保健所)

福祉事務所名	〒	住所	電話番号	FAX番号
桑名保健福祉事務所	511-8567	桑名市中央町5丁目71	0594-24-3621	0594-24-3692
四日市市保健所	510-0085	四日市市諏訪町2-2	059-354-8281	059-351-3304
鈴鹿保健福祉事務所	513-0809	鈴鹿市西条5-117	059-382-8671	059-382-7958
津保健福祉事務所	514-8567	津市桜橋三丁目446-34	059-223-5290	059-223-5119
松阪保健福祉事務所	515-0011	松阪市高町138	0598-50-0527	0598-50-0621
伊勢保健福祉事務所	516-8566	伊勢市勢田町628-2	0596-27-5135	0596-27-5790
伊賀保健福祉事務所	518-8533	伊賀市四十九町2802	0595-24-8070	0595-24-8085
尾鷲保健福祉事務所	519-3695	尾鷲市坂場西町1-1	0597-23-3446	0597-23-3449
熊野保健福祉事務所	519-4324	熊野市井戸町383	0597-85-2158	0597-85-3914

2) 市町のがんに関する総合窓口

市町	〒	住所	電話番号	FAX
桑名市中央保健センター	511-0068	桑名市中央町3丁目79	0594-24-1182	0594-24-3032
いなべ市役所 健康こども部健康推進課	511-0292	いなべ市大安町大井田2705	0594-78-3517	0594-78-1114
木曾岬町役場 福祉健康課	498-8503	桑名郡木曾岬町西対海地251	0567-68-6104	0567-66-4841
東員町役場 生活福祉部 こども健康課健康づくり係	511-0295	員弁郡東員町大字山田1600	0594-86-2803	0594-86-2851
四日市市保健所 健康づくり課(検診・一般相談)	510-0085	四日市市諏訪町2-2	059-354-8282	059-353-6385
菟野町役場健康福祉課健康づくり係	510-1292	三重郡菟野町大字潤田1250	059-391-1126	059-394-3423
朝日町役場 子育て健康課	510-8522	三重郡朝日町大字小向893	059-377-5652	059-377-2790

3) 市町社会福祉協議会

社会福祉協議会名	郵便番号	住所	電話番号
桑名市社会福祉協議会	511-0062	桑名市常盤町51	桑名市総合福祉会館内 0594-22-8311
いなべ市社会福祉協議会	511-0274	いなべ市大安町大井田2704	大安老人福祉センター内 0594-78-3543
四日市市社会福祉協議会	510-0085	四日市市諏訪町2-2	四日市総合会館2階 059-354-8265
鈴鹿市社会福祉協議会	513-0801	鈴鹿市神戸地子町383-1	鈴鹿市社会福祉センター内 059-382-5971
亀山市社会福祉協議会	519-0164	亀山市羽若町545	総合保健福祉センターあいあい内 0595-82-7985
津市社会福祉協議会	514-0027	津市大門7-15	津センタービル3階 059-213-7111
松阪市社会福祉協議会	515-0073	松阪市殿町1360-16	松阪市社会福祉会館内 0598-21-1487
伊勢市社会福祉協議会	516-0804	伊勢市御園町長屋2767	伊勢ハートプラザみその内 0596-20-8610
鳥羽市社会福祉協議会	517-0022	鳥羽市大明東町2-5	鳥羽市保健福祉センター内 0599-25-1188
志摩市社会福祉協議会	517-0214	志摩市磯部町追間22	0599-56-1600
伊賀市社会福祉協議会	518-0869	伊賀市上野中町2976-1	上野ふれあいプラザ3階 0595-21-5866
名張市社会福祉協議会	518-0718	名張市丸之内79	名張市総合福祉センターふれあい内 0595-63-1111
尾鷲市社会福祉協議会	519-3618	尾鷲市栄町5-5	尾鷲市福祉保健センター内 0597-22-3246
熊野市社会福祉協議会	519-4324	熊野市井戸町1150	熊野市保健福祉センター内 0597-89-5000
木曾岬町社会福祉協議会	498-0803	桑名郡木曾岬町大字和泉303-3	輪心乃里内 0567-68-2760
東員町社会福祉協議会	511-0251	員弁郡東員町大字山田2013	東員町ふれあいセンター内 0594-76-1560
菟野町社会福祉協議会	510-1253	三重郡菟野町潤田1281	菟野町保健福祉センターけやき内 059-394-1294
朝日町社会福祉協議会	510-8102	三重郡朝日町小向891-5	059-377-2941
川越町社会福祉協議会	510-8123	三重郡川越町豊田一色314	いきいきセンター内 059-365-0024
多気町社会福祉協議会	519-2183	多気郡多気町四足田587-1	多気町地域福祉センター天啓の里内 0598-38-8090
明和町社会福祉協議会	515-0332	多気郡明和町馬之上917-1	福祉サービスセンター明和の里内 0596-52-7056
大台町社会福祉協議会	519-2428	多気郡大台町栗生1010	大台町地域福祉センター内 0598-83-2862

川越町健康管理センター	510-8123	三重郡川越町大字豊田一色314	059-365-1399	059-365-2940
鈴鹿市保健センター内 健康づくり課 成人保健G	513-0809	鈴鹿市西条5丁目118-3	059-382-2252	059-382-4187
亀山市総合保健福祉センター 健康福祉部 健康推進室	519-0164	亀山市羽若町545	0595-84-3316	0595-82-8180
津市中央保健センター	514-8611	津市西丸の内23-1	059-229-3164	059-229-3287
松阪市健康センター 健康推進課 保健予防係	515-0078	松阪市春日町1丁目8	0598-23-1364	0598-26-4951
多気町役場 町民福祉課	519-2181	多気郡多気町相可1600	0598-38-1113	0598-38-1140
明和町役場 長寿健康課 健康ほけん係	515-0332	多気郡明和町大字馬之上945	0596-52-7116	0596-52-7137
大台町役場 健康ほけん課	519-2404	多気郡大台町佐原750	0598-82-3785	0598-82-1775
伊勢市中央保健センター 健康福祉部 健康課	516-0076	伊勢市八日市場町13-1	0596-27-2435	0596-21-0683
鳥羽市保健センター 健康福祉課	517-0022	鳥羽市大明東町2-5	0599-25-1115	0599-25-1166
志摩市総合保健センター 健康推進課	517-0501	志摩市阿児町鶴方3098-1	0599-44-1100	0599-44-1102
玉城町役場 生活福祉課	519-0495	度会郡玉城町田丸114-2	0596-58-8203	0596-58-4494
度会町保健センター福祉保健課	516-2195	度会郡度会町棚橋1215-1	0596-62-1112	0596-62-0054
南伊勢町役場 福祉課 健康推進係	516-0194	度会郡南伊勢町五ヶ所浦3057	0599-66-1114	0599-66-1113
大紀町役場 健康福祉課	519-2703	度会郡大紀町滝原1610-1	0598-86-2216	0598-86-3276
伊賀市健康推進課	518-0873	伊賀市上野丸之内500ハイトピア4階	0595-22-9653	0595-22-9666
名張市役所 健康支援室	518-0492	名張市鴻之台1-1	0595-63-6970	0595-63-4629
尾鷲市福祉保健センター 福祉保健課健康長寿推進係	519-3618	尾鷲市栄町5-5	0597-23-3871	0597-23-3875
紀北町老人福祉センター 福祉保健課	519-3406	北牟婁郡紀北町海山区相賀488番地1	0597-32-3912	0597-32-0477
熊野市保健福祉センター 健康・長寿課	519-4324	熊野市井戸町1150	0597-89-3113	0597-89-5885
御浜町役場 健康福祉課 健康づくり係	519-5204	南牟婁郡御浜町大字阿田和6120-1	05979-3-0511	05979-2-3502
紀宝町保健センター 健康づくり推進課	519-5712	南牟婁郡紀宝町神内277-2	0735-32-3700	0735-32-3701

玉城町社会福祉協議会	519-0433	度会郡玉城町勝田4876-1	玉城町保健福祉会館内	0596-58-6915
度会町社会福祉協議会	516-2103	度会郡度会町棚橋1202	度会町地域福祉センター内	0596-62-1117
大紀町社会福祉協議会	519-2911	度会郡大紀町錦736-7	紀勢保健センター内	0598-73-3227
南伊勢町社会福祉協議会	516-0101	度会郡南伊勢町五ヶ所浦2928	南伊勢町福祉健康ランド3階	0599-66-1211
紀北町社会福祉協議会	519-3204	北牟婁郡紀北町紀伊長島区東長島209-9	紀北町社会福祉会館内	05974-7-0725
御浜町社会福祉協議会	519-5203	南牟婁郡御浜町大字下市木2040	御浜町福祉健康センター内	05979-2-3813
紀宝町社会福祉協議会	519-5701	南牟婁郡紀宝町鶴殿1074-1	紀宝町福祉センター内	0735-32-0957

4) 県内の年金事務所

名称	所在地	電話番号	管轄区域	
			健康保険・厚生年金保険・国民年金	船員保険
津年金事務所	〒514-8522 津市桜橋3-446-33	059-228-9112	津市・鈴鹿市・名張市・亀山市・伊賀市	三重県(尾鷲年金事務所管内の地域を除く)
四日市年金事務所	〒510-8543 四日市市十七軒町17-23	059-353-5515	四日市市・桑名市・いなべ市・桑名郡・員弁郡・三重郡	
松阪年金事務所	〒515-8973 松阪市富町17-3	0598-51-5115	松阪市・多気郡	
伊勢年金事務所	〒516-0072 伊勢市宮後3-5-33	0596-27-3601	伊勢市・鳥羽市・志摩市・度会郡	
尾鷲年金事務所	〒519-3692 尾鷲市林町2-23	0597-22-2340	尾鷲市・熊野市・北牟婁郡・南牟婁郡	同左

7) 市町の介護保険の窓口

市町 担当課名	〒	住 所	代表電話	代表FAX
桑名市 介護・高齢福祉課 資格・給付係	511-8601	桑名市中央町2丁目37番地	0594-24-1170	0594-24-3133
いなべ市 長寿介護課	511-0292	いなべ市大安町大井田2705	0594-78-3518	0594-78-1114
木曽岬町 福祉健康課	498-0853	桑名郡木曽岬町大字西対海地251	0567-68-6104	0567-66-4841
東員町 長寿福祉課	511-0295	員弁郡東員町大字山田1600	0594-86-2823	0594-86-2851
四日市市 介護・高齢福祉課 管理係	510-8601	四日市市諏訪町1-5	059-354-8425	059-354-8280
菟野町 健康福祉課 介護高齢福祉係	510-1292	三重郡菟野町大字洞田1250	059-391-1125	059-394-3423
朝日町 保健福祉課	510-8522	三重郡朝日町小向893	059-377-5659	059-377-2790
川越町 福祉課	510-8588	三重郡川越町大字豊田一色280	059-366-7116	059-365-5380
鈴鹿亀山地区広域連合 介護保険課	513-0801	鈴鹿市神戸1-18-18 鈴鹿市役所西館3階	059-369-3201	059-369-3202
鈴鹿市長寿社会課 長寿社会グループ	513-8701	鈴鹿市神戸1丁目18-18	059-382-7935	059-382-7607
亀山市 高齢障がい支援室	519-0164	亀山市羽若町545	0595-84-3313	0595-82-8180
津市介護保険課介護保険担当	514-8611	津市西丸之内23-1	059-229-3149	059-229-3334
松阪市介護高齢課介護保険係	515-8515	松阪市殿町1340-1	0598-53-4190	0598-26-4035
多気町民福祉課	515-2181	多気郡多気町大字相可1600	0598-38-1114	0598-38-1140
明和町長寿健康課 高齢者福祉係 介護担当	515-0332	多気郡明和町大字馬之上945	0596-52-7116	0596-52-7137
大台町 健康ほけん課	519-2404	多気郡大台町佐原750	0598-82-3785	0598-82-1775
伊勢市介護保険課介護給付係	516-8601	伊勢市岩瀨1丁目7-29	0596-21-5560	0596-21-5555
鳥羽市健康福祉課介護保険係	517-0011	鳥羽市鳥羽三丁目1-1	0599-25-1186	0599-21-0958
鳥羽志勢広域連合介護保険課	517-0214	志摩市磯部町迫間22	0599-56-1050	0599-56-1022
志摩市健康福祉部介護保険課	517-0592	志摩市阿児町鶴方3098-22	0599-44-0284	0599-44-5260
玉城町 生活福祉課 健康管理センター	519-0414	度会郡玉城町佐田881	0596-58-7373	0596-58-7625
度会町福祉保健課	516-2195	度会郡度会町棚橋1215-1	0596-62-1118	0596-62-1138
度会広域連合	516-2103	度会郡度会町棚橋1202	0596-62-2300	0596-63-0200
南伊勢町 医療保険課 介護支援係	516-0194	度会郡南伊勢町五ヶ所浦3057	0599-66-1709	0599-66-1113

5) 県内の税務署

税務署名	〒	所在地	電話番号	管轄地域
桑名税務署	511-8510	桑名市江場7番地6	0594-22-5121	桑名市 いなべ市 桑名郡 いなべ郡
四日市税務署	510-8557	四日市市西浦2丁目2番8号	059-352-3141	四日市市 三重郡
鈴鹿税務署	513-0801	鈴鹿市神戸9丁目24番45号	059-382-0351	鈴鹿市 亀山市
津税務署	514-8545	津市桜橋2丁目99番地	059-228-3131	津市
松阪税務署	515-8550	松阪市高町493番地6 松阪合同庁舎内	0598-52-3021	松阪市 多気郡
伊勢税務署	516-8511	伊勢市岩瀨1丁目2番24号	0596-28-3191	伊勢市 鳥羽市 志摩市 度会郡
上野税務署	518-0836	伊賀市緑ヶ丘本町1680番地	0595-21-0950	名張市 伊賀市
尾鷲税務署	519-3694	尾鷲市末広町1番30号	0597-22-2222	尾鷲市 熊野市 北牟婁郡 南牟婁郡

6) 県内のハローワーク

名称	〒	所在地	電話番号	管轄地域
ハローワーク 桑名	511-0078	桑名市桑栄町1-2 サンファール北館1階	0594-22-5141	桑名市・いなべ市・桑名郡・員弁郡・三重郡のうち朝日町
ハローワーク 四日市	510-0093	四日市市本町3-95	059-353-5566	四日市市・三重郡(朝日町を除く)
ハローワーク 鈴鹿	513-8609	鈴鹿市神戸9-13-3	059-382-8609	鈴鹿市・亀山市
ハローワーク 津	514-8521	津市島崎町327-1	059-228-9161	津市
ハローワーク 松阪	515-8509	松阪市高町493-6 松阪地方合同庁舎1階	0598-51-0860	松阪市・多気郡
ハローワーク 伊勢	516-8543	伊勢市岡本1-1-17	0596-27-8609	伊勢市・鳥羽市・志摩市・度会郡(大紀町を除く)
ハローワーク 伊賀	518-0823	伊賀市四十九町3074-2	0595-21-3221	伊賀市・名張市
ハローワーク 尾鷲	519-3612	三重県尾鷲市林町2-35	0597-22-0327	尾鷲市・北牟婁郡・度会郡のうち大紀町錦
ハローワーク 熊野	519-4324	熊野市井戸町赤坂739-3	0597-89-5351	熊野市・南牟婁郡

市町 担当課名	〒	住 所	代表電話	代表FAX
大紀町健康福祉課	519-2703	度会郡大紀町滝原1610-1	0598-86-2216	0598-86-3276
伊賀市 健康福祉部 介護高齢福祉課	518-8501	伊賀市上野丸之内116	0595-26-3939	0595-26-3950
名張市高齢・障害支援室	518-0492	名張市鴻之台1-1	0595-63-7599	0595-63-4629
尾鷲市福祉保健課 高齢者・児童係	519-3696	尾鷲市中央町10-43	0597-23-8201	0597-23-8204
紀北広域連合 介護保険係	519-3405	北牟婁郡紀北町海山区船津8 8 1-3	0597-35-0888	0597-33-1515
紀北町福祉保健課 高齢者・障害者福祉係	519-3492	北牟婁郡紀北町海山区相賀495-8	0597-32-3912	0597-32-0447
熊野市健康・長寿課 いきがい健康支援係	519-4324	熊野市井戸町1150	0597-89-3113	0597-89-5885
紀南介護保険広域連合	519-4390	熊野市井戸町371	0597-89-6001	0597-89-4000
御浜町 健康福祉課 福祉係	519-5292	南牟婁郡御浜町大字阿田和6120-1	05979-3-0515	05979-2-3502
紀宝町 福祉課	519-5701	南牟婁郡紀宝町鶴殿324	0735-33-0339	0735-32-3061

8) 市町の福祉事務所

名称	〒	住 所	電話番号
津市社会福祉事務所	514-0033	津市丸之内27-10 津市社会福祉センター	059-229-3151
四日市市社会福祉事務所	510-8601	四日市市諏訪町1-5	059-354-8165
伊勢市厚生福祉事務所	516-8601	伊勢市岩瀨1-7-29	0596-21-5556
松阪市福祉事務所	515-8515	松阪市殿町1340-1	0598-53-4051
桑名市社会福祉事務所	511-8601	桑名市中央町2-37	0594-24-1169
鈴鹿市社会福祉事務所	513-8701	鈴鹿市神戸1-18-18	059-382-7640
名張市社会福祉事務所	518-0492	名張市鴻之台1-1	0595-63-7582
尾鷲市社会福祉事務所	519-3696	尾鷲市中央町10-43	0597-23-8203
亀山市福祉事務所	519-0164	亀山市羽若町545	0595-84-3311
鳥羽市社会福祉事務所	517-0022	鳥羽市大明東町2-5	0599-25-1181
熊野市福祉事務所	519-4392	熊野市井戸町796	0597-89-4111
いなべ市福祉事務所	511-0292	いなべ市大安町大井田2705	0594-78-3511
志摩市福祉事務所	517-0592	志摩市阿児町鶴方3098-22	0599-44-0283
伊賀市社会福祉事務所	518-8501	伊賀市上野丸之内116	0595-22-9650
多気町福祉事務所	515-0332	多気郡多気町大字相可1600	0598-38-1114

# がん患者と家族を応援します



シンボル  
ピンバッジが  
できました!

がんの 部位別で 10種類 あります	ワイン色	シルバー	ピンク
	イエロー	グリーン	パープル
	オレンジ	ゴールド	ライトグリーン
	血液	小児がん	その他

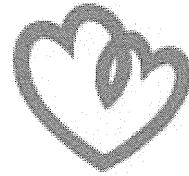
がん  
に  
負  
け  
ない  
で!

ダブルハートのピンバッジをつけて、三重県のがん患者さんや  
家族の方をみなさんと応援しましょう!  
このピンバッジは、ボランティアとして事業に参加いた  
だいた方、募金(300円以上)にご協力いただいた  
方にお配りしています。



三重県がん相談支援センター (日本対がん協会三重県支部)  
〒514-8567 津市桜橋三丁目446-34 三重県津庁舎 保健所棟1階

お問い合わせ 059-253-3550



2012年10月発行

(編集協力)

三重県がん診療連携協議会 がん相談支援部会

厚生労働科学研究費補助金 がん臨床研究事業「地域における  
がん対策の推進と患者支援に資する介入モデルの作成に関する  
研究」班

(発行)

三重県

三重県がん相談支援センター

〒514-8567

三重県津市桜橋3丁目446-30

TEL: 059-253-3550 FAX: 059-253-3551

三重県の療養情報は、三重県がん相談支援センターホームページに掲載予定です。(2013年2月頃)  
<http://www.gansupport-mie.jp/>

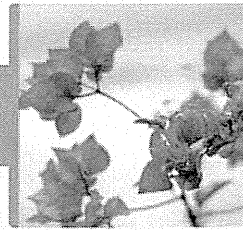


【患者必携】地域の療養情報

# おきなわ がんサポート ハンドブック

支え合う  
大切なあなたと  
家族のために

第3版



第1部

### 【第1部】

がんの疑いがあると言われてから治療が始まるまでの不安を和らげたり、病気の理解を深めたり、治療方法選択に必要な情報を掲載しています。



第2部

### 【第2部】

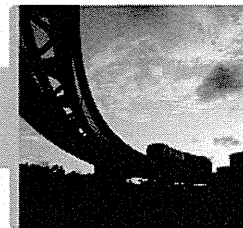
治療や療養生活についての情報を探すお手伝いをする相談支援センターや患者会の情報、また、がんになっても自分らしく過ごせるための緩和ケアや、在宅療養を支える仕組みについて紹介しています。



第3部

### 【第3部】

治療費の負担を軽くする保険や各種制度について紹介しています。



第4部

### 【第4部】

沖縄県内の医療体制の紹介や、各種制度の相談・手続き窓口や関係機関の一覧です。

04

## 〈もくじ〉

はじめに	2
がんや療養生活について詳しく知るには	8

### 【第1部】 病気や治療について

#### 1.がんと言われたとき

(1) がん治療・療養の過程	12
知って得する基礎知識「主治医の説明を聞く」	13
(2) がんになったら大事にしたいこと	14
知って得する基礎知識「病名と病期」	16
(3) 悩みや不安・つらさ(トータルペイン)	17

#### 2.納得して治療を受けたい

(1) がん診療を行っている専門医療機関	18
(2) インターネットで情報を探す	20
知って得する基礎知識「標準治療と科学的根拠(エビデンス)」	21
(3) セカンドオピニオン	22
(4) セカンドオピニオン実施施設	22
知って得する基礎知識「セカンドオピニオンを取ろう」	24

### 【第2部】 よりよい療養生活を送るために

#### 1.がんについて相談したい

(1) がん相談支援センター(がんの治療や療養生活全般の相談窓口)	28
(2) 沖縄県医療安全相談支援センター(医療安全や患者の権利の相談窓口)	29

#### 2.同じ病気の方の話を聞いてみたい

(1) 患者会	30
(2) 患者支援団体	34
(3) 患者サロン	34
(4) 沖縄県地域統括相談支援センター	35

#### 3.痛さやつらさを和らげたい

(1) 緩和ケア外来	36
(2) 緩和ケア病棟(ホスピス)	37

(3) がんの終末期医療を担う医療機関	38
(4) がん終末期の在宅療養の相談	38
(5) グリーフケア	39

#### 4.自宅での療養を続けたい

(1) 訪問診療	40
(2) 訪問看護	40
(3) 介護保険	41
(4) 介護用品のレンタル	42
(5) 介護タクシー	42
(6) 高齢者の相談窓口(地域包括支援センター)	43
(7) ファミリーサポートセンター	43

#### 5.子どもの療養を支えたい

(1) ファミリーハウス	44
(2) 入院中の教育支援、復学支援	44
(3) 入院中のきょうだい支援	45
(4) 退院後およびAYA世代に関する相談窓口	45
(5) 養育支援訪問事業	45
(6) 一時預かり事業、病児・病後児保育事業	45
体験談「私を支えてくれたもの」	46

### 【第3部】 お金のことについて

#### 1.医療費の負担を減らしたい

(1) 高額療養費制度	50
(2) 高額療養費限度額適用認定証	53
(3) 標準負担額減額認定証	53
(4) 高額療養費貸付制度	54
(5) 高額医療・高額介護合算制度	54
(6) 確定申告による医療費等の控除	55

#### 2.治療を続けながら働きたい

(1) 県内の総合労働相談コーナー	56
(2) 働くがん患者の支援団体	57

3. 家庭の状況にあう支援を受けたい

- (1) 傷病手当金 ..... 58
- (2) ひとり親家庭等医療費助成制度 ..... 59
- (3) 一部負担金の減免制度 ..... 60
- (4) 生活保護 ..... 60
- (5) 生活福祉資金貸付制度 ..... 61
- (6) がん治療の渡航費助成(宮古・八重山) ..... 61

4. 障害についての支援を受けたい

- (1) 障害年金(障害基礎年金・障害厚生年金・障害共済年金) ..... 62
- (2) 障害手当金(厚生年金)、障害一時金(共済年金) ..... 62
- (3) 身体障害者手帳 ..... 63

5. 子ども向けの制度を知りたい

- (1) 小児慢性特定疾患医療費助成制度 ..... 64
  - (2) 特別児童扶養手当 ..... 64
  - (3) 障害児福祉手当 ..... 64
  - (4) その他の制度 ..... 65
- 知って得する基礎知識「制度をうまく活用しましょう」 ..... 66

【第4部】県内の医療体制・問い合わせ一覧

1. 県内の医療体制

- (1) 沖縄県内のがん診療連携拠点病院  
およびがん診療連携支援病院 ..... 70
- (2) 沖縄県のがん医療体制 ..... 72
- (3) 地域連携クリティカルパス  
知って得する基礎知識「医療事故かなと思ったら」 ..... 73

2. 問合せ一覧

- 役所・役場一覧 ..... 74
- 年金事務所一覧 ..... 76
- 各医療保険窓口 ..... 76
- 税務署一覧 ..... 77
- 福祉保健所一覧 ..... 77

がんや療養生活について詳しく知るには

国立がん研究センターでは、『患者必携 がんになったら手にとるガイド』『わたしの療養手帳』を作成し、ホームページで公開しています。本書とあわせてご活用ください。

『患者必携 がんになったら手にとるガイド』

がん患者さんの療養に役立つ情報(病気や治療のこと、費用や支援制度、各がん種の療養に役立つヒントなど)を取りまとめた冊子です。



『わたしの療養手帳』

患者さん自身が治療や療養生活において、聞いたり、調べたりして理解したことを書き留めて整理する手帳です。



■入手方法

□ ホームページより無料で閲覧・印刷することができます。

がん情報サービス <http://ganjoho.jp>

※右側のバナー「患者必携のページ」

「わたしの療養手帳」をそれぞれクリック。

※携帯電話でのダウンロードも可能です。QRコード⇒



□ 一般書店でも本として購入できます。価格:1,260円(税込)

※がん診療連携拠点病院の相談支援センターでは、見本を閲覧することができます。また、院内売店でも販売しています。

**関連情報のご案内** 本書の中で、「コチラもCheck」とあるのは、『患者必携 がんになったら手にとるガイド』で、詳しい情報・関連する情報が載っているページを示していますので、お持ちの方は、あわせてご活用ください。

コチラもCheck! P00「○○○○」

1. がんと言われたとき

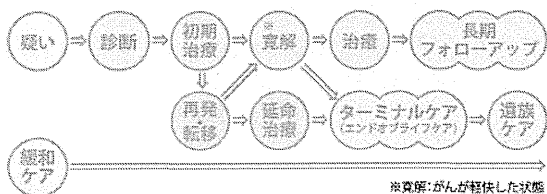
1. がんと言われたとき

(1) がん治療・療養の過程

“がん”かもしれないと言われてから、患者さんやご家族には、気がかりなことがたくさん出てきます。そして、短い期間にいろいろなことを決めなければなりません。そのためには、幅広く適切な情報を早く集めることが必要です。

また、がんに関する悩みや心配・疑問は、治療・療養のステージ(病期・段階)によって様々です。あなたは今、がんの治療過程のどこに立っていますか? あなたの体や気持ちの状況に応じて、まず一番知りたいことを調べてみましょう。

がん治療・療養の過程と主な悩みや疑問



※寛解:がんが軽快した状態

疑いから診断まで	初期治療	再発・転移	今後の過ごし方
<input type="checkbox"/> がんと言われた、どうすればいいの? <input type="checkbox"/> 医師とうまく話せませんか? <input type="checkbox"/> 専門医はどこにいます? <input type="checkbox"/> セカンドオピニオンをとりたい	<input type="checkbox"/> 医療費はどのくらいかかるの? <input type="checkbox"/> 仕事は続けられるだろうか? <input type="checkbox"/> 相談窓口はどこにあるの? <input type="checkbox"/> 同じ病気の人の話を聞きたい	<input type="checkbox"/> 気持ちが落ち込んでいる <input type="checkbox"/> 代替補完療法を試したい <input type="checkbox"/> 緩和ケアチームって何? <input type="checkbox"/> 臨床試験はどこをやっているの?	<input type="checkbox"/> 痛みのないようにして欲しい <input type="checkbox"/> なるべく家で過ごしたい <input type="checkbox"/> ホスピスに入りたい <input type="checkbox"/> 在宅ケアに挑戦したい

2. 納得して治療を受けたい

※放射線療法可能機関 (2013年2月現在)

施設名	肺がん	胃がん	肝がん	大腸がん	乳がん	子宮がん	※
浦添総合病院	○	○	○	○	○	—	—
同仁病院	—	—	○	—	—	—	—
大浜第一病院	—	—	○	—	○	○	—
沖縄協同病院	—	—	○	○	○	—	—
沖縄赤十字病院	○	○	○	○	○	○	○
おもろまちメディカルセンター	—	—	○	—	—	—	—
那覇市立病院	○	○	○	○	○	○	○
県立南部医療センター・こども医療センター	○	○	○	○	○	○	○
豊見城中央病院	○	○	○	○	○	○	—
南部徳洲会病院	—	—	○	—	—	—	○
県立宮古病院	—	—	○	—	—	—	—
県立八重山病院	—	—	○	—	—	—	—
宮良クリニック	—	—	—	—	○	—	—
那覇西クリニック	—	—	—	—	○	—	—

その他のがん種の専門施設については、相談支援センターにお問合せください



## 1. がんについて相談したい

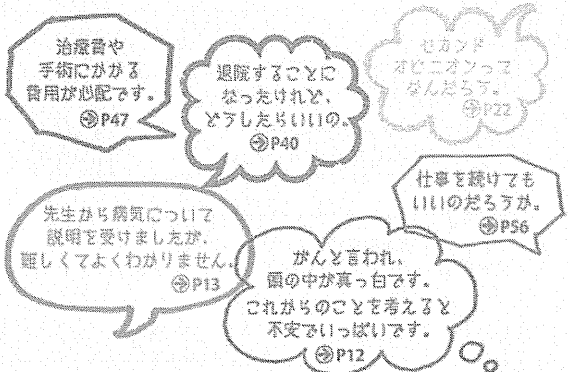
### (1) がん相談支援センター

(がんの治療や療養生活全般の相談窓口)

ご相談は、看護師やソーシャルワーカー(社会福祉士)などのがん相談専門スタッフがお受けしています。患者さんやご家族のがんの治療や療養生活全般に関して心配や困ったことなどについて、一緒に考え、情報を探すお手伝いをします。

がん患者さんやご家族がその病院に入院してなくても、がんに関する相談はどなたでもご利用することができます。電話または面談での対応になります。相談は無料です。

ご相談の内容によっては専門家と連携を図りながら、お応えしています。相談内容が、ご本人の了解なしに、患者さんの担当医はじめ他の方に伝わることはありません。安心してご相談ください。



※コチラもCheck!

☎P29「相談支援センターにご相談ください」

## ■沖縄県内のがん相談支援センターの連絡先 (2013年2月現在)

### 琉球大学医学部附属病院(医療福祉支援センター)

☎098-895-1359 対応日時:月～金・9時～12時、13時～15時

### 県立中部病院(医療相談支援センター)

☎098-973-4111(内線3232) 対応日時:月～金・9時～17時

### 那覇市立病院(がん相談支援センター)

☎098-884-5111(内線280、107) 対応日時:月～金・9時～17時

### 北部地区医師会病院(がん相談支援センター)

☎0980-54-1111 対応日時:月～金・9時～17時

### 県立宮古病院(地域連携・なんでも相談室)

☎0980-72-1352 対応日時:月～金・9時～17時

### 県立八重山病院(地域連携室)

☎0980-83-2525 対応日時:月～金・9時～17時

※上記の病院以外でも、ソーシャルワーカー(社会福祉士)が様々な相談に対応しています。各病院の医療福祉相談室・地域医療連携室へお問合せください。

沖縄県医療ソーシャルワーカー協会  
http://www.msw-oaswhs.jp

### (2) 沖縄県医療安全相談支援センター

(医療安全や患者の権利の相談窓口)

医療上又は医療内容に関する相談や、医師、その他の職員の対応など医療に関する相談及び苦情などがございましたら、沖縄県医療安全相談支援センターにご相談ください。

### 沖縄県医療安全相談支援センター ☎098-866-1260

〒900-8570 那覇市泉崎1-2-2 沖縄県福祉保健部 医務課内  
TEL & FAX(相談専用) 受付時間:月～木(祝日除く)・9時～12時、13時～17時

## 2. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

## 2. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

## 2. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

### (1) 患者会

患者会とは同じ病気や症状、障害など、何らかの共通する患者体験をもつ人たちが集まり、自主的に運営する会のことです。お互いの悩みや不安を共有したり、情報交換をしたり、がん患者さんをサポートするための様々なプログラムを用意しています。また、社会に対する働きかけを行う活動をしているところもあります。詳細については、各患者会までお問合せください。

### 沖縄県がん患者会連合会 ☎090-9780-2217

沖縄県内のがん患者会が加盟している団体です。(2010年4月発足)  
〒900-0013 那覇市牧志3-2-10 那覇市ぶなかテンプス館3階 3階 気付  
会長:田名勉 FAX:098-964-6328

### ■沖縄県がん患者会連合会に加盟している患者会 (2013年2月現在)

#### ■喉頭がん、咽頭がん、舌がん、食道がん、甲状腺がん(音声機能障害)

#### 特定非営利法人日本喉摘者団体連合会沖縄県友声会

☎098-933-3088 FAX:098-933-3103 E-mail:dana.01@docomo.ne.jp  
〒904-2171 沖縄市高原6-7-10 代表:田名勉  
【活動内容】発声訓練教室、講習会  
【活動場所:日時】中部福祉保健所:第2・4土曜、総合福祉センター:第3土曜、中央保健所:第1土曜 各13時～15時

#### ■舌がん

#### 舌(せつ)がんサークル

FAX:098-933-3103 E-mail:masahiko.08@softbank.ne.jp  
〒900-0025 那覇市壺川11-18-10-306 代表:松本正彦  
【活動内容】舌がん患者の親睦及び発声指導・訓練、スピーチサポート(パソコンによる会話機器)の紹介、購入手続きのアドバイス  
【活動場所:日時】県中央保健所2階相談室:第1土曜 14時～15時

### ■婦人科がん

#### 沖縄県婦人科がん患者会 宇宙船子宮号 ☎080-6503-7628

相談専用:070-5697-3824(平日9時～17時)  
E-mail:churajyura@willcom.com ブログ:http://churajyura.ti-da.net  
〒904-0116 北谷町北谷2-18-6 代表:吉田祐子  
【活動内容】交流会  
【活動場所:日時】中央保健所3F多目的室:第4土曜 14時～16時

### ■全がん種、がん患者家族、遺族の方

#### 中部ゆんたく交流会 ☎090-9780-2217

〒904-1203 金武町屋嘉2935-85 代表:宮路由則/事務担当:安里香代子  
【活動内容】交流会  
【活動場所:日時】中部福祉保健所:第3月曜 18時半～21時

### ■小児がん

#### 公益財団法人がんの子どもを守る会沖縄支部

☎098-936-3583 / 090-9782-6062  
〒904-0105 北谷町字吉原757-12 代表:片倉政人  
【活動内容】交流会(年2、3回)、医療相談会(年1、2回)、病院訪問など

### ■男性リンパ腫

#### NPO法人グループネクサス沖縄支部

☎070-5530-6295 / 090-5934-6796 E-mail:tomonowa@willcom.com  
【活動内容】交流会  
【活動場所:日時】那覇市立病院6階ラウンジ:第4土曜 13時～15時

### ■術後オストメイト(人工肛門・造肛造袋の方、大腸がん、直腸がん、膵臓がん、etc.)

#### 日本オストミー協会 ☎098-863-1251

〒900-8516 那覇市西1-2-16 琉球光和内ヘルスケア事業部内 担当:賀数  
【活動内容】交流会  
【活動場所:日時】琉球光和(3階会議室):第3金曜14時～16時、中頭病院(2階会議室):第2水曜14時～16時半、北部地区医師会病院(2階会議室):第4金曜13時半～15時半

### ■皮膚がん

#### ひふ痛「7日会」 ☎070-5531-0838

沖縄県がん患者会連合会内 FAX:098-964-6328  
【活動内容】活動内容についてはお問合せください。



(2)患者支援団体

(2013年2月現在)

■全がん種

マインドケアおきなわ 098-927-2953

FAX:098-927-2953 〒900-0005 那覇市天久794-5 2階  
E-mail:mcokinawa@nirai.ne.jp HP:http://mcokinawa.info  
【活動内容】普及啓発、相談事業、医療連携事業(対象:がん他)を実施。  
【活動場所:日時】お問合せください

■全がん種、一般の方

ゆうかぎの会 090-1086-2149(池間) 090-9782-2371(真栄里)  
(離島圏におけるがん患者支援を考える会)  
〒906-0305 宮古島市下地与那覇1407-42  
【活動内容】活動内容はお問合せください

(3)患者サロン

患者サロンとは、患者さんやそのご家族、医療者、一般の方など、がんに関心のある方ががんのことを気軽に語り合う交流の場です。どなたでも参加できます。

(2013年2月現在)

■全がん種

いしがき島がん患者支援ゆんたく会 0980-83-2525 (内線280, 281)

FAX:0980-83-2553 〒907-0022 石垣市宇大川1732  
沖縄県立八重山病院地域連携室・医療福祉相談  
【活動内容】勉強会と交流会  
【活動場所:日時】会場はお問合せください:第3土曜 14時~16時

やんばるゆんたく会 0980-54-1111

〒905-0006 名護市宇茂佐1712-3 がん相談支援センター  
【活動内容】勉強会と交流会  
【活動場所:日時】北部地区医師会病院:第1金曜 14時~16時

中部地区ゆんたく会 098-973-4111 (内線2531, 3232)

〒904-2293 うるま市宮里281 地域連携室・医療相談支援センター  
【活動内容】勉強会と交流会  
【活動場所:日時】県立中部病院:第4水曜(または木曜) 14時~16時

ゆんたく会 098-895-1374

FAX:098-895-1497 〒903-0215 西原町字上原207  
【活動内容】交流会  
【活動場所:日時】琉球大学医学部附属病院内:第1火曜 14時~16時

那覇がん患者ゆんたく会患者サロン 098-884-5111 (内線127)

〒902-8511 那覇市古島2-31-1(がん相談支援センター 気付)  
【活動内容】勉強会と交流会  
【活動場所:日時】那覇市立病院敷地内那覇市北保健センター:第3水曜 13時半~15時

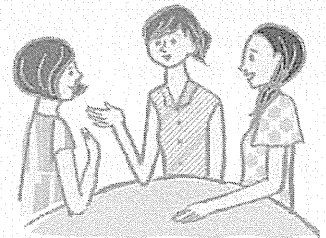
■乳がん

ピアサポートサロンびんく・ぼんざぁりボンズハウス

080-1791-1764  
〒901-2133 浦添市城間2-3-1 HP:http://pnkpnsabrg.tl-da.net/  
【活動内容】活動内容はお問合せください  
【活動場所:日時】びんく・ぼんざぁりボンズハウス:火~金 13時~16時(祝日は休)

(4)沖縄県地域統括相談支援センター

がんを経験した相談員が、がん患者さんやご家族の方のお話を聴きます。「がんと告知されて頭の中が真っ白」「同じ病気の人と話がしたい」「他の人はどのようにしているの?」などの気持ちに寄り添い、一緒に考えていきます。また、当センターでは、がんピアサポート研修会を開催しています。「自分の体験を誰かのために役立てたい」「がん患者さんを支援したい」と思っている方のための研修会です。お気軽にお問合せください。



沖縄県地域統括相談支援センター 098-942-3407

FAX:098-942-3408 〒903-0215 西原町字上原207(琉球大学病院内3階)  
対応日時:月~金 9時~17時(予約は16時まで)

第2部 よりよい療養生活をおくるために

第2部 よりよい療養生活をおくるために

(3)がんの終末期医療を担う医療機関

沖縄県保健医療計画には、終末期の患者の受け入れを行っているがん診療可能診療所が掲載されています。

沖縄県医療課ホームページ

http://www.pref.okinawajp/imu\_kokuho

※左メニューの「沖縄県保健医療計画」をクリック  
→ページ中項「地区医療計画」でPDFをダウンロード。  
PDFファイル内の「がん医療体制図・表」からご参照ください。

(4)がん終末期の在宅療養の相談

在宅療養では、専門的な知識を持った訪問診療医(かかりつけ医)や訪問看護師、薬剤師、ケアマネジャー、ホームヘルパーが患者さんの生活のペースを守りながら協力してサポートします。在宅療養を希望する場合は、かかりつけの病院の相談室・地域医療連携室、もしくは各相談支援センターにご相談ください。

☎お問合せ先 相談支援センター ☎P28



(5)グリーフケア

グリーフとは、深い悲しみを意味します。身近な人と死別して悲嘆に暮れる方が、その悲しみから立ち直れるようにそばにいて支援することをグリーフケアと呼びます。一方的に励ますのではなく、相手に寄り添う姿勢が大切です。グリーフケアを行っている機関は下記のとおりです。

グリーフワークおきなわ(GWO) 080-4316-0847

E-mail:gwo-0847@softbank.ne.jp HP:http://griefworkokinawa.tl-da.net

東本願寺沖縄別院 098-890-2490

E-mail:okinawa@higashihonganji.or.jp 〒901-2223 宜野湾市大山2-32-2



しろくくくと  
白雲ぬ如に 見ゆるあめ風は  
とうわた にはあ  
飛び渡りいみぶしや 羽ぬ有とーい  
(白雲前)

第2部 よりよい療養生活をおくるために

第2部 よりよい療養生活をおくるために

## 4. 自宅での療養を続けたい

## (1) 訪問診療

訪問診療とは、医師が定期的に自宅へ訪問し、診察などを行います。患者さんやご家族からの求めに応じて24時間体制で応じ、必要な場合には訪問看護ステーション、さらにはケアマネジャー（介護支援専門員）とも連携をとりながら、患者さんが安心して療養生活を送ることができる体制を整えます。また、状態が急に悪くなったときには、病院医師と連携し、治療法の相談や再入院の手配を行います。

## (2) 訪問看護

訪問看護とは、病気や障害を持った人が住み慣れた家で、その人らしく生活ができるよう看護ケアを提供するサービスです。医師の指示のもと、訪問看護ステーションから看護師等が利用者宅を訪問し、医師等と連携をとりながら、療養生活を送っている方の看護を行います。医療保険または介護保険により利用することができます。



## 訪問診療・看護を希望する場合

相談支援センターまたは、かかりつけの病院のソーシャルワーカー、ケアマネジャーにご相談ください。

相談支援センター P29

## コチラもCheck!

- P78 「在宅医療、在宅での療養生活を支える仕組み」
- P82 「介護保険の申請から利用まで」

## 5. 子どもの療養を支えたい

## (1) ファミリーハウス

ファミリーハウス「がじゅまるの家」は、離島や遠方から県立南部医療センター・こども医療センターなどに入院・通院する子どもとその家族が滞在できる施設です。あらかじめ「がじゅまるの家」までお問合せください。

ファミリーハウス「がじゅまるの家」 ☎ 098-888-0812

FAX: 098-979-6771 (受付時間: 9時~17時)

〒901-0115 南風原町新川1272-16 HP: <http://gajumarunoie.com>

※利用予約の受付は、利用開始の1ヵ月前から前日まで。

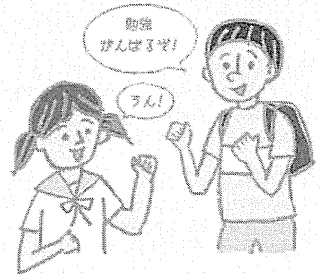
(緊急の場合はその限りではありません。)

(2013年2月現在)

## (2) 入院中の教育支援、復学支援

沖縄県の拠点病院と一部医療機関には、病気やケガで長期の入院を必要とする小・中・高校生が、入院治療中でも安心して学校教育が受けられるよう特別支援学校による訪問学級が開設されています。院内学級を利用するためには、在籍する学校から転校する必要がありますので、主治医・看護師だけでなく、もとの学校の担任教師や院内学級の教師へよく相談することをおすすめします。

退院の見通しがたったら、そうした医療スタッフ、院内学級の担任教師をはじめ、もとの学校教師らと連絡・調整を図りながら、本人のからだの状態や学習の状況をもとに、本人と一緒に学校復帰の準備を進めましょう。



## 1. 医療費の負担を減らしたい

## 1. 医療費の負担を減らしたい

## (1) 高額療養費制度

日本では、全ての方が健康保険や国民健康保険、共済組合など、公的医療保険に加入しており、治療費の1~3割の自己負担で治療を受けることができますが、がんの治療では自己負担の額だけでもかなり高い金額になることがあります。

高額療養費制度を利用すると、自己負担の額を一定の金額に抑えることができます。多くの方が利用できますので、是非ご活用ください。高額療養費制度は、患者さんが支払ったお金を後から払い戻す仕組みですので、治療の際に患者さん自らが高額のお金をいったん用意しなければならない場合もあります。

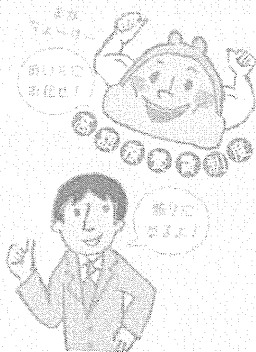
ただし高額療養費限度額適用認定証を併せて活用すると、払い戻しではなく予め支払いの額を抑えることが出来ます。P53~63でこうした併せて活用すると良い制度を紹介していますので、こちらも積極的に利用しましょう。

なお高額療養費制度での自己負担の限度額は、次ページの表のように年齢や収入によって異なります。

☎ 国全生発 加入している各医療保険の窓口 ☎ P76

## コチラもCheck!

- P90 「治療にかかる費用について」
- P94 「公的助成・支援の仕組みを活用する」



## 2. 治療を続けながら働きたい

## 2. 治療を続けながら働きたい

現状では、がんに特化した休職制度はありません。主治医ともよく相談しながらご自身の治療計画に合わせて、就業計画を立てることが大切です。すぐに退職を決めるのではなく、時には、会社の就業規則や人事関係の担当者へも相談したり、総合労働相談コーナーといった第三者へ相談したりする機会が必要になるかもしれません。またご家族ががんになった場合でも、育児休業、介護休業、子の看護休業などもあります。職場の担当者へもよくご相談ください。一度退職したあとに、再就職したいと思ったときには、地域のハローワークの窓口で、自分の状況にあった情報を集めることをおすすめします。

## (1) 県内の総合労働相談コーナー

県内の労働局、労働基準監督署内の総合労働相談コーナーでは、無料で労働問題の専門家が相談に応じています。相談内容によっては、担当窓口をご案内する場合があります。

## 労働基準監督署(総合労働相談コーナー)

受付: 平日9時~17時(正午から13時までを除く)

(2013年2月現在)

沖縄労働局 ☎ 098-868-6060

〒900-0006 那覇市おもろまち 2-1-1 那覇第2地方合同庁舎1号館3階

名護労働基準監督署 ☎ 0980-52-2691

〒905-0011 名護市字宮里452-3 名護地方合同庁舎1階

沖縄労働基準監督署 ☎ 098-982-1400

〒904-0003 沖縄市住吉1-23-1 沖縄総合労働庁舎3階

那覇労働基準監督署 ☎ 098-868-8008

〒900-0006 那覇市おもろまち 2-1-1 那覇第2地方合同庁舎1号館2階

宮古労働基準監督署 ☎ 0980-72-2303

〒906-0013 宮古島市平良字下里1016 平良地方合同庁舎1階

八重山労働基準監督署 ☎ 0980-82-2344

〒907-0004 石垣市宇登野城55-4 石垣地方合同庁舎2階

## 1. 県内の医療体制

### (1) 沖縄県内のがん診療連携拠点病院およびがん診療連携支援病院

#### ■がん診療連携拠点病院

がん診療連携拠点病院とは、全国どこに住んでいても、がんの状態に応じて適切ながん医療が受けられるように設置された病院です。これらの拠点病院では、

- ①専門的ながん診療
- ②専門的な知識や技能を持つ医師の配置
- ③地域の医療機関や医師との連携と協力体制の整備
- ④患者さんへの相談支援と情報提供
- ⑤がん登録など、質の高いがん医療

を推進しています。

#### ■がん診療連携支援病院

沖縄県では八重山、宮古、北部医療圏でがん診療や連携の中核を担うことが適当であると認める医療機関を「沖縄県がん診療連携支援病院」として指定しています。補助金を交付し、医療従事者の育成やがん登録の推進、がん患者等への相談支援等を行ない、3つの拠点病院と連携したがん診療体制の整備を推進しています。

- 都道府県がん診療連携拠点病院(1病院)
- 地域がん診療連携拠点病院(2病院)
- 県指定がん診療連携支援病院(3病院)

#### ／コチラもCheck!

- P71「療養生活を支える仕組みを知る」
- P72「地域のがん診療の連携の仕組みを知っておく」



## あとがき

国民の二人に一人ががんに罹る時代となった今日でも、がんに関する正確で十分な情報ががん患者さんやそのご家族に届いているわけではありません。このような中で、多くのがん患者さんの要望から『患者必携』は企画されました。「患者必携；地域の療養情報」である本書は、国立がん研究センターがん対策情報センターが編集した「患者必携；がんになったら手にとるガイド」および「患者必携；わたしの療養手帳」と共に使っていただくことを前提に編集しています。

本書は、試作版から継続して、沖縄県がん診療連携協議会相談支援部会と琉球大学医学部附属病院がんセンターが中心となって作成されました。今回の第三版では、「正確な情報をわかりやすくお伝えするとともに、利用して下さる方々の心の平安に少しでもつながる冊子に」というテーマで改訂を進めました。このため、第二版以上にがん患者さんとそのご家族・ご遺族から多くのご助言を頂きました。また、厚生労働科学研究費補助金・がん臨床研究事業「地域におけるがん対策の推進と患者支援に資する介入モデルの作成に関する研究」班・研究代表者の渡邊清高先生（国立がん研究センターがん対策情報センターがん情報提供研究部医療情報コンテンツ研究室室長）を始め、研究班の先生方にもご助言を頂きました。この場をお借りして関係各位に厚くお礼を申し上げます。

私たちは、引き続き本書を県民の皆さんとご一緒に育てていきたいと考えております。そのためにも、巻末のとじ込みはがきのアンケートにお答えいただくとともに、ご意見を私たちに頂ければ幸いです。

本書が、少しでも沖縄県のがん患者さんとそのご家族のお役に立てますことを、編集委員一同祈念しております。

沖縄県がん診療連携協議会相談支援部会  
琉球大学医学部附属病院がんセンター  
増田 昌人

## 編集協力

### 編集協力団体

- 沖縄県がん患者会連合会
- 公益財団法人 がんの子供を守る会 沖縄支部
- 沖縄県がん診療連携協議会
- 厚生労働科学研究費補助金 がん臨床研究事業  
「地域におけるがん探索の推進と患者支援に資する介入モデルの作成に関する研究」班

### 制作者一覧

- 樋口 美智子 (地方独立行政法人那覇市立病院総合相談センター)
- 望月 祥子 (社会医療法人かりゆし会ハートライフ病院 地域医療連携室)
- 池田 克己 (独立行政法人国立病院機構沖縄病院 経営企画室)
- 奥間 かつおり (独立行政法人国立病院機構沖縄病院 緩和ケア認定看護師)
- 志茂 淳子 (ことぶき指定居宅介護支援事業所)
- 仲間 直樹 (編集協力者)
- 前川 守秀 (沖縄県 保健福祉部 医療課医療対策班)
- 上原 弘美 (沖縄県地域統括相談支援センター)
- 大久保 礼子 (琉球大学医学部附属病院 がんセンター)
- 井上 亜紀 (琉球大学医学部附属病院 がんセンター)
- 増田 昌人 (琉球大学医学部附属病院 がんセンター)

## 編集

写真 垂見健吾

イラスト・デザイン 首里フジコ

編集 波平雄太 (office UNIZON)

ディレクション 三枝克之 (office UNIZON)

### 染織作品協力

喜如嘉芭蕉布事業協同組合……………P1

那覇伝統織物事業協同組合(首里織)……………表3

やふそ紅型工房……………裏表紙

### 【患者必携】地域の療養情報 おきなわがんサポートブック

発行日	2013年3月31日 第3版発行
編著	沖縄県 沖縄県がん診療連携協議会 相談支援部会 琉球大学医学部附属病院がんセンター
発行所	沖縄県 〒900-8570 那覇市泉崎1-2-2 琉球大学医学部附属病院がんセンター 〒903-0215 西原町上原207
編集	office UNIZON 〒901-2201 宜野湾市新城2-39-8 2F
印刷・製本	丸正印刷株式会社 〒903-0211 西原町字小那覇1215

本書の無断転写・複製・転載を禁じます。但し、地方自治体や都道府県がん診療連携協議会拠点病院等の関係者による「がん対策」においては、その限りではありませんので、琉球大学医学部附属病院がんセンターまでお問合せください。

# がん医療フォーラム2012

がん患者支援の在り方を話し合う「がん医療フォーラム2012」が11日、東京都新大塚区の大手町サンライズプラザで開催された。講師では緩和ケアの現場で活躍が医師が報告され、第2部では地域で患者支援に取り組む団体代表者が具体的な活動を紹介した。

## 第一部 講演

「コアイネーター」 読売新聞東京本社医療情報部長 南野 尚砂

国立がん研究センターがん対策情報センターが情報提供研究部長

渡辺清高さん

1000年以降、がんは日本人の死因の第一位になりました。現在、年間35万人が新たにがんにかかる、70万人が新たにがんを診断されています。2人に1人はがんにかかると言われる時代、がんは誰にとっても身近な問題です。こうしたなか、「がん対策推進基本計画」には、国民でがん情報を共有し、患者や家族を支援し、がんを予防する取り組みが盛り込まれました。

## 地域の情報作りへ始動

「がん」になったときに役立つ「ガイド」を提供し、がん情報をインターネット上で発信しています。不発症問に悩まされ、情報活用していきなために、拠点病院の相談支援センターと連携して取り組んでいます。地域で暮らす患者さんには、拠点の医師やがんの療養費、患者会などの情報も入手できる仕組みが重要です。情報には、地域の社会や文化的背景、家族構成も反映するべきです。現在、各拠点病院で地域の療養情報作りが取り組まれています。

# 家族でみとる道しるべを

河原正典さん

世界保健機関が2002年に緩和ケアの定義を発表しました。注目すべきは、患者だけでなく家族の負担や不安についても考慮し、心理的サポート(精神ケア)や緩和ケア(緩和ケア)が盛り込まれていることです。また、緩和ケアは「痛みを和らげる」だけでなく、患者の生活の質を向上させること、患者の意思を尊重すること、死の準備を整えること、といった幅広いサポートを含みます。緩和ケアは、がん患者だけでなく、高齢者や障害者など、さまざまな人々の生活の質を向上させるために必要です。

## 病院死8割減らそう

自然で受け止められる方が多くなったのですが、今の医療はまだまだ自然でない。人々への負担も増えています。在宅でも適切なケアを受けたいという声も増えています。在宅医療は、患者さん本人の意思を尊重し、家族の負担を軽減するための重要な役割を果たしています。在宅医療を実現するためには、医師や看護師、薬剤師など、さまざまな専門職が連携して取り組む必要があります。また、在宅医療を支えるための体制づくりも重要です。

## 宗教性が大切

「自己の死をどうとらえるか、医療の役割は何か」という問いかけが、医療現場でよく聞かれます。宗教は、人々の死の捉え方を大きく左右しています。医療現場では、患者さんの宗教的・文化的背景を理解し、それに合わせたケアを提供することが大切です。また、医療現場での宗教的ケアは、患者さんの精神的苦痛を軽減し、生活の質を向上させるのに役立ちます。



岡部健さん 中央病院緩和医療科部長

「がん」になったときに役立つ「ガイド」を提供し、がん情報をインターネット上で発信しています。不発症問に悩まされ、情報活用していきなために、拠点病院の相談支援センターと連携して取り組んでいます。地域で暮らす患者さんには、拠点の医師やがんの療養費、患者会などの情報も入手できる仕組みが重要です。情報には、地域の社会や文化的背景、家族構成も反映するべきです。現在、各拠点病院で地域の療養情報作りが取り組まれています。

## 小冊子で心立て直す

19歳で父親をがんにかかれました。当時ばかり告知の嵐もなく、父は胃がんと言われ、一人一人に接したいと言葉も通さず、一人で大きな病気を抱えています。私ががんになったのは13年前です。手術も抗がん剤治療も4年かかりました。その時受けた情報は、同僚や先輩から聞いたもので、正確さは長ませんでした。「治療は元の暮らしを取り戻すためです」という一言が救いでした。

松本陽子さん

4年前、地元で癌・家族の会、がんサポートおれんじの会を作りました。活動の柱は、交流、学び、社会への情報発信です。ただ、正しい情報提供として私たちが追い求めるべき情報は、提供しづらい小冊子を作りました。まずは心を立て直して、次に正しい情報を頭に入れてもらえばと願っています。緩和ケアの勉強をしていながら、実際にがんが現れて「自分のこと」と感じることが多かったと言っていました。情報、心づくしに伝えるのが難しいと思います。

## 在宅療養で趣味満喫

近年、在宅療養が普及されていますが、病院の外で本音で大丈夫か心配されている方も多くいます。現在、在宅で在宅緩和ケアを担っている診療所の多くは、医師が1〜2人、看護師数人の小規模のところですが、診療所のスタッフは、地域の病院や介護施設、薬局などと連携し、在宅療養する患者さんを最期まで支えています。介護の支援や自宅での療養環境の調整が適切に行われると、患者さんの生活が豊かになります。

相沢出さん

緩和ケアは、趣味を楽しむ余裕もなくなった時間を感じています。患者さんの生活の質を向上させるために、在宅緩和ケアの現場で実践しながら自宅で過ごしています。しかし、こうした支援がなされた場合でも、在宅での療養を中断した方もおられます。富城、福留の調査を行った結果、1割の患者が在宅療養を中断していました。その理由で多いのは、「患者の意思に反する家族の不安」でした。その不安をどうにか生きているのか、今後検討したいと考えています。

## 第2部 シンポジウム

モテレター (編者 飯塚 隆)

東京大学死生学・応用倫理センター主任教授 清水 昭風  
昭和大学研究推進室講師 田代 志尚



約500人が熱心に聴き入ったフォーラム

## 患者の思い語る場を

私は看護士、仙台市でライオンビスのCEOを運営しています。主にがん患者や様々な病気の末期、神経痛の方向に対してです。医療相談、治療や在宅の選択について必要な話し合いを、と尋ねて、言葉に詰まる患者さんが多くいます。選択を迫られる前に、前提条件を明確に「自分」にしていく必要があるのです。医療の世界は複雑なので、一般の人が自分で選べるのは難しい、自分が自分で選べるのは難しい、自分の

中山康子さん

在宅緩和ケア支援センター「虹」代表理事 悩みを言葉で表せない人も多くいます。だから、もっとも自然と心もを癒やす場が大切になります。講演しいのは、がんの緩和ケアにある相談支援センターの役割です。ソーシャルワーカーや看護師など、さまざまな専門職が連携して患者さんの生活を支えています。また、患者さんの意思を尊重し、家族の負担を軽減するための体制づくりも重要です。在宅緩和ケア支援センター「虹」は、患者さんの悩みを聞き取り、適切な支援を提供しています。また、患者さんの意思を尊重し、家族の負担を軽減するための体制づくりも重要です。

## 病院と在宅医療協力を

日本医師会が医師2万人行ったアンケートでは、「痛みの緩和に関する知識や技術が十分」と答え、在宅医療は「補助」となりました。がん患者を診る診療所で、緩和ケアが必要な時に専門家の支援を受けられるのは30%、がん以外が専門の診療所ではわずか16%です。拠点病院でも、十分な体制があるのを答え、医師は約6割です。

国立がん研究センター中央病院緩和医療科部長 的場元弘さん

緩和ケア研修の中に在宅の研修を取り入れています。その結果、参加医師は在宅への情報提供、訪問看護師やケアマネジャーへの配属などの面で意識が変わってまいりました。例えば、痛みを和らげる医療用品を使うという患者さんで自宅に居やすい体制を整え、分りやすい情報提供など、在宅で緩和ケアの現場で実践されています。また、在宅で緩和ケアの現場で実践されています。また、在宅で緩和ケアの現場で実践されています。



# 2013年 第1回「気仙 がんを学ぶ市民講座」連載

# がんの情報の集め方



気仙地区がん診療連携協議会を創立した船渡病院、ARTS-OAPのリーダーは、気仙地域のがん医療の充実を目指す。第一回「気仙がんを学ぶ市民講座」を先月28日に大船渡市リノスホールで開催した。シリーズ第一弾となる第一回のテーマは「がんの情報の集め方」。講師の国立がん研究センター中央病院がん対策センターの渡邊清高氏と、地域がん診療連携拠点病院の県立大船渡病院院長の野崎文雄氏が講演した。今や2人に1人ががんにかかるといわれる時代。両氏の講演要旨を連載する。

## 「がんの治療と療養生活の情報」を活用する「ヒント」

講師 (国立がん研究センター中央病院 がん対策情報センター)

渡邊 清高

私は、岐阜の内陸、東那という水がきれいで米どころがあり、そして診療してまいりました。東京に暮らして、国立がんセンターでがんの情報を分かります。患者さんやご家族に伝えたり、医療者の方、ドクターや看護師さん、いろいろな療法を患者さんに使っていただくのがいいと思います。

今日は大船渡の皆様、患者さんやご家族、がん医療関係者もいらして、ありがとうございます。がんの治療と療養生活を送るヒントを話したいと思います。

国立がん研究センターは、病院とがんの研究をする施設があります。がん対策情報センターは2006年にできて、信頼できるがん情報を分かりやすく患者さんやご家族、医療関係者の方に伝

えたいというところで、普段は取り組んでいません。内科の医師として病院でも仕事はしており、主にがんに関する情報を伝えるための、いろいろな冊子とかも作っています。今はがんになる方が年間どのくらいいらっしゃるかのようか、1981年以降、がんが日本人の死因の第一位になりました。昔は結核が1位で、その後には脳血管疾患が1位だったのが、高齢化が進むとともに、がんというのが死因の第一位に。年間35万人ががんの病気で亡くなり、1年間に70万人が新しくがんを診断されています。日本人でがんになる方は1人に1人です。

## 男女とも「2人に1人」がんに発想を転換し、みんなで支え合う時代

以前は女性が3人に1人と、男性は2人に1人と言われていたのが、3年前から2人に1人で、男女どちらも1人に1人ががんになるといわれるようになっていっています。つまり多いものではなくて、むしろ普通のことで、当たり前のことで、とても言い過ぎではないと思います。

がんの原因は遺伝子の異常という話をしました。が、ちょっと質問して見ます。がんの死因の原因ではないものは何ですか。六つある中で、がんの死因の原因ではないものが一つだけあります。それは癌だと思いませんか。癌は手を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。

癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。

癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。

癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。癌は癌を挙げている。

5多のがんが遺伝的要素があるという話を聞かれています。飲酒もタバコも、何となく悪いイメージがある。飲酒もタバコも、何となく悪いイメージがある。飲酒もタバコも、何となく悪いイメージがある。飲酒もタバコも、何となく悪いイメージがある。





# 2013年 第1回「気仙 がんを学ぶ市民講座」連載

— 3 —

## がんの情報の集め方



## 「がんの治療と療養生活の情報」を活用する「インターネット」

講師 渡邊清高 (独)国立がん研究センター中央病院 がん対策情報センター

胃がんは一般的に北に行けばいくほど高い。これはいろんな食事、水分が多かったり、お茶の飲まれており、東北地方に多い。岩手県も同じように多いことが分かっています。大腸がん、これもやはり胃腸のがんとくっついていかに思いますが、比較的東北に多い。肝臓がんは西高東低で西日本に多い。沖縄も含めて西の方に多い。B型肝炎、C型肝炎の感染者が多いのがたんなりリスクが高い。肺がんは全国激増で、最近増えている地域はあるが、岩手県に関しては全国平均かそれよりちょっと下。一番最初に話したのがここに關して書いて、喫煙率は最近ずっと下がっている傾向で、ここ2、3年は横ばい。女性は若い世代が増えており、ちょっと要注意でいろいろな対策が必要。特に若い女性で1日の喫煙本数が少ない、軽おしゃべり感覚で吸うというのが増えてくるのが問題になってい

ます。47都道府県を全部並べてみたところがありましたが、男性の喫煙率は、岩手県が全国平均よりちょっと高めで、女性はほぼ平均。肺がんの発症率が多くなることが分かっており、岩手県に関してはほぼ全国平均並みです。検査受診率は東北の方が比較的高い。全国に比べると高い。腸癌や膵臓がんなどで声かけをするのが多いというところで、そういうのを互いに声かけて受診するのはいいと思います。情報は、今日のメインの話です。今、インターネットを活用していただくため、インターネットを上手に活用して治療や今後の療養の

## インターネットを活用しよう

### ホームページに月2、300万件アクセス

活用を呼びかける渡邊氏



活用を呼びかける渡邊氏

の治療実績があります。ということもホームページで情報を提供しています。インターネットが見られ、使いづらい、やっぱり紙の情報が使いやすいという方には、治療や情報をおまとめたがんの冊子を、現在53冊制作しています。これはホームページでも、拠点病院相談支援センターの窓口でも買いたくても買えます。患者さんが必要な情報というものは、豊富な知識や治療だけでなく、具体的などういふふうに話を聞けばいいのかとか、生活し、何を食べればい

国立がん研究センターのホームページで発信している「がん情報サービス」

いのかとか、個別、具体的な解決策が必要ですが、そういった時に役立つ情報を冊子にまとめたものがあります。本屋でも売っています。大船渡病院の売店にもちゃんと置いてあります。インターネットでも買いたくてもお手元でも置いておける方ばあさんで、本を手にして読んでおられる方も、再発患者さん向けの情報も作っています。これも参考にしていただければと思います。患者さんの家族の方が体験されたもの、思いをまとめたもので、がんの再発という状況に直面しても希望もあって、自分らしく生きていこうと頑張っている冊子も作っています。インターネットでも無料で見られます。冊子も販売しています。

先生以外に話をしたいけれども、誰に聞けばいいのか分からないとか、どうやって伝えればいいのかとか伝え方が分からないという時に、先ほどの拠点病院の情報の冊子、相談支援センターを紹介するページがあります。相談支援センターは拠点病院相談支援センターの設置に、がんの治療だけでなく、生活の中でどこか地元の医療機関や療養施設とかの情報をたぐりかき持っています。相談できる窓口が全国にあるので、活用していただくべきです。

# 2013年 第1回「気仙 がんを学ぶ市民講座」連載

— 4 —

## がんの情報の集め方

### 「がんの治療と療養生活の情報を活用するシート」

講師 (独)国立がん研究センター中央病院 渡邊清高

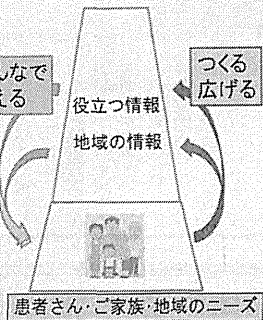


地域で支える、新しい医療のかたち

#### 「情報をつくる、支える」

緩和ケア  
在宅医療  
地域の医療・療養資源  
独自の社会支援制度  
患者会・ボランティア団体

歴史・風土・文化・気候  
家族観・人生観



地域で支える 新しいがん医療のかたち

がん対策情報センターや冊子で提供されている情報について話しましたが、世の中にはたくさん

情報があり、いろいろなチラシが冊子の中にも広まったり病気の説明などか、よくわからない人さんの情報があります。そんな中で情報を判断するシートを活用したいと思

人を対象としたいろいろな研究成果に基づいている情報といったものを選び、分からなければ主治医の先生に聞き、なるべく自身だけで判断をされない方がよいと思います。

がてきた代替療法とか健康食品というのがありまして、始める前に自分にとって合っているのか、他の方が効いても自身にあてはまるかは限られていないので、一歩引いて考えていただくことも大事なことだと思います。

治療と療養生活の切り札は「情報」。情報をきちんと活用して自分のものにして、お医者さんとのコミュニケーションに役立てていただきたい。特に自分自身ががん患者の

### 地域で支える仕組みとセットで

### 情報を自分のものとして「切札」に

生活と療養について治療費のことや患者さんが家族にどう伝えたいのかとか、例えば娘さん、息子さんへの対応、あるいは若い方が心配なられる場合、複雑さんへどう伝えるかという手立てまでで心配される方もいます。そういった方もお手持いするご家庭があります。いろいろな体験記とか、いろいろな話のヒントにならな

あご背中身についてのことばかり書いてあるとか、制作用紙に書いておいてい

接効果は証明されたものではありません。それだけ効果を感じて、実際に治療の効果を減らしてしまったりとか、薬の組み合わせによっては副作用が非常に強く出たりするものもあるの、注意していただきたいと思っています。がんを確実に治す

ういっただの情報は見ることができません。最後に言いますが、治療と療養生活の切り札は「情報」。情報をきちんと活用して自分のものにして、お医者さんとのコミュニケーションに役立てていただきたい。特に自分自身ががん患者の

立てた中で、前向きに治療を受けることが、少しずつですけれども、広がってきています。そういった中で、ぜひこういった情報を役立てていただきたいと思っています。自分自身で、自分自身が

か、メキを取って使っていたかという思いです。病気の知識とか制度とかの情報だけではなく、地元の情報というのが大事です。地域にどんな窓口があるのか、医療機関、利用できる身が必要になる。そういった情報を活用するための支援の仕組みも大切で、相談支援センターの相談員の方にこういったお手伝いをさせていただくというのが今の取り組みであります。

地域で支える新しい医療について情報は、情報をお手元で持っていることが大事です。地域にいても医療者の方がオンラインでやっている場合もあれば、訪問介護ステーション、訪問介護ステーション、あるいは医療機関、大学病院、がん医療機関がありますので、そういった仕組みは地域に広がってまい

持に今は地域連携とか紹介状をもって患者さんがいらない医療機関や施設で過していることまで決って多岐にわたるので、患者さん、家族があるので、医療者の方、医療者さんと看護の方、介護士さんと情報を共有して、住みやすい環境の中で過すことができればいいと思います。県とか地域の自治体いろいろな情報を活用して、自分たちが思い通りに生活したいと思

か、メキを取って使っていたかという思いです。病気の知識とか制度とかの情報だけではなく、地元の情報というのが大事です。地域にどんな窓口があるのか、医療機関、利用できる身が必要になる。そういった情報を活用するための支援の仕組みも大切で、相談支援センターの相談員の方にこういったお手伝いをさせていただくというのが今の取り組みであります。

地域で支える新しい医療について情報は、情報をお手元で持っていることが大事です。地域にいても医療者の方がオンラインでやっている場合もあれば、訪問介護ステーション、訪問介護ステーション、あるいは医療機関、大学病院、がん医療機関がありますので、そういった仕組みは地域に広がってまい

か、メキを取って使っていたかという思いです。病気の知識とか制度とかの情報だけではなく、地元の情報というのが大事です。地域にどんな窓口があるのか、医療機関、利用できる身が必要になる。そういった情報を活用するための支援の仕組みも大切で、相談支援センターの相談員の方にこういったお手伝いをさせていただくというのが今の取り組みであります。