

「患者必携」地域の療養情報

岡山県 がんサポートガイド



©岡山県「ももっち・うらっちと仲間たち」

【第三版】

はじめに

どんなことを思っていますか？

治療のこと お金のこと

身近な人のこと 仕事のこと

痛みのこと 苦しみのこと

過去のこと 今のこと 未来のこと

「がん」と告げられたその時から、
様々な思いをかかえながら日々を過ごされていることでしょう。

岡山県で暮らす、がんを抱えている方や、
そのまわりの大切な方々に、
より自分らしい生活を送っていただきたい。
そんな思いから、
「がんサポートガイド」を作成しました。

このがんサポートガイドは、
国立がん研究所から発行されている
「患者必携 がんになったら手取るガイド」の内容に、
岡山の地域情報を補う目的で作成しました。
地域の情報に、相談窓口や支えの場の紹介など、
全4部から構成されています。

どうぞページをめくってください。

『も く じ』

| | |
|--------------------|----|
| 「はじめに」 | P1 |
| がんについて相談したいとき..... | P6 |

第 1 部 病気や治療について

1. がんと告げられたとき

| | |
|--------------------------|-----|
| (1) がんと診断されたあなたへ | P10 |
| (2) 身近な人ががんと告げられたら | P10 |
| (3) 主治医の説明を聞く | P11 |

2. 治療について知る

| | |
|--------------------------|-----|
| (1) 標準治療について | P13 |
| (2) 治験・臨床研究について | P13 |
| (3) がん遺伝子パネル検査について | P14 |
| (4) 希少がんについて | P15 |
| (5) 医科歯科連携について | P16 |

3. 情報を集めよう

| | |
|-------------------------|-----|
| (1) がん診療連携拠点病院等とは | P19 |
| (2) インターネットで情報を探す | P19 |
| (3) セカンドオピニオン | P20 |

第2部 より良い療養生活をおくるために

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

- (1) サロン・患者会について …………… P22
- (2) 患者さん・ご家族の支援団体について …………… P32
- (3) がん患者のご家族・ご遺族の支援団体について …………… P34
- (4) がん体験者によるピアサポート相談会 …………… P34

2. 病気に伴う心と体の痛みを和らげたい

- (1) 緩和ケアチーム …………… P37
- (2) 緩和ケア外来 …………… P37
- (3) 緩和ケア病棟（ホスピス） …………… P38
- (4) がんの緩和ケアを行う医療機関 …………… P40
- (5) がん終末期の在宅療養の相談 …………… P41

3. 自宅で療養したい

- (1) 医療的なサポート …………… P42
 - ①訪問診療 …………… P42
 - ②訪問看護・リハビリ …………… P42
 - ③訪問薬局 …………… P43
- (2) 生活面のサポート …………… P43
 - ①介護保険制度 …………… P43
 - ②その他利用できるサービス …………… P44

4. 治療を受けながら働きたい

- (1) 医療機関で仕事について相談したい時 …………… P45
- (2) 治療をしながら働きたい、休職、復職を考えたい時 … P46
- (3) 転職や再就職をしたい時 …………… P46
- (4) その他の相談窓口 …………… P47
- (5) 治療と仕事に関する情報サイト …………… P48
- (6) 関連資料 …………… P49

5. がん患者のアピアランス（外見）ケアについて …… P51

6. ACP(アドバンス・ケア・プランニング)について …… P52

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) 高額な医療費がかかったとき …………… P54
- (2) 限度額適用認定証の交付が受けられなかったとき …… P57
- (3) 年間で医療費がたくさんかかったとき …………… P58
- (4) 医療費に加えて介護費の負担が大きいとき …………… P58
- (5) その他の医療費の負担を軽減できる制度 …………… P59

2. 家庭の状況に合う支援を受けたい

- (1) 傷病手当金 …………… P62
- (2) ひとり親家庭等医療費助成制度 …………… P63
- (3) 一部負担金の減免制度 …………… P64

- (4) 生活保護 P64
- (5) 生活福祉資金貸付制度 P65

3. 障害者制度を知りたい

- (1) 障害年金(障害基礎年金、障害厚生年金、障害共済年金) P66
- (2) 身体障害者手帳 P67
- (3) 特別障害者手当 P67

第4部 小児・AYA世代のがんについて

1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

- (1) 小児・AYA世代のがん P70
- (2) 入院中の教育・復学支援 P71
- (3) 入院中のきょうだいケアについて P72
- (4) 子育て、養育に関する相談 P73
- (5) 一時預かり事業、病児・病後児保育事業 P74
- (6) がん治療と妊娠・子どもを持つこと(生殖機能・妊孕性温存) P74

2. 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 P79
- (2) 特別児童扶養手当 P79
- (3) 障害児福祉手当 P79
- (4) その他の制度 P80

がんについて相談したいとき

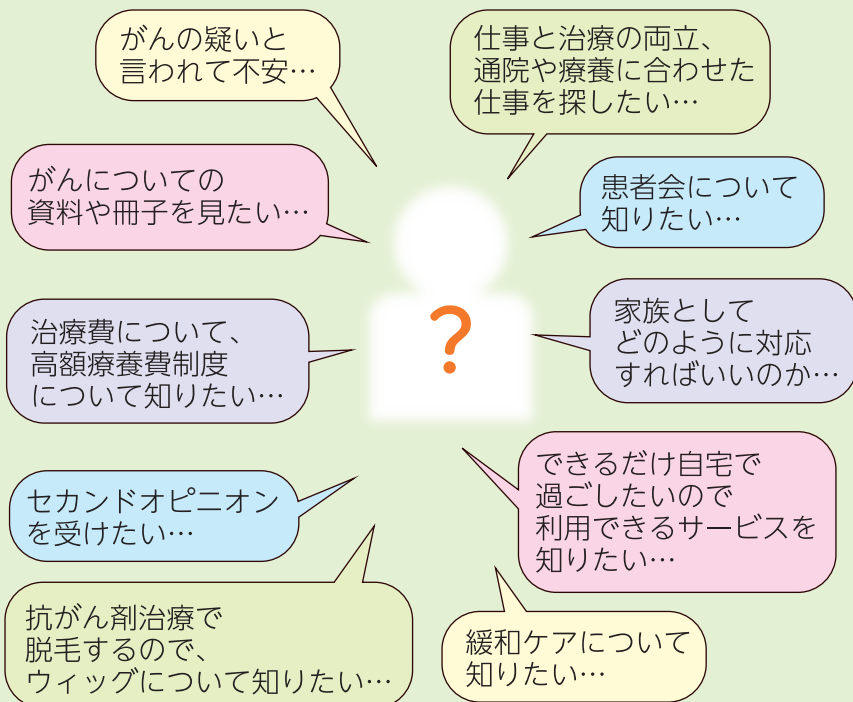
●がん相談支援センターのご紹介

患者さんやご家族、地域の方々からのがんに関する相談をお受けする窓口です。ご相談はソーシャルワーカーや看護師など、がん相談専門スタッフがお受けしています。

ご相談は無料です。がん相談支援センターのある病院に通っていないだけでも相談できます。

診断や治療の判断をすることはできません。ご相談いただいた個人的な内容が外に漏れることはありませんので、どうぞ安心してご相談ください。

ご相談内容の例



岡山県内のがん相談支援センター連絡先

◆がん診療連携拠点病院等

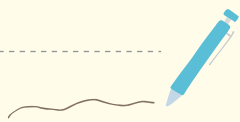
| 病院名 | 連絡先 | 対応時間 |
|----------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------|
| 岡山大学病院 総合患者支援センター | TEL 086-235-7744(直通) | 平 日 8:30 ~ 17:00 |
| 岡山済生会総合病院 がん相談支援センター | TEL 086-252-2211(代表) | 平 日 9:00 ~ 16:00 |
| 岡山赤十字病院 がん相談支援センター | TEL 086-222-8827(直通) | 平 日 9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00 |
| 国立病院機構 岡山医療センター がん相談支援センター | TEL 086-294-9911(代表) (内線 8076) | 平 日 9:00 ~ 17:00 |
| 倉敷中央病院 がん相談支援センター | TEL 086-422-0210(代表) | 平 日 9:00 ~ 17:00 (祝日でも開院日は対応可) |
| 川崎医科大学附属病院 がん相談支援センター | TEL 086-462-1111(代表) (内線 22616) | 平 日 9:00 ~ 17:00 土曜日 9:00 ~ 12:30 |
| 津山中央病院 がん診療相談 支援センター | TEL 0868-21-8111(代表) | 平 日 9:00 ~ 16:00 |
| 金田病院 がん相談支援センター | TEL 0867-52-1191(代表) | 平 日 9:00 ~ 17:00 土曜日 9:00 ~ 12:00 |
| 高梁中央病院 がん相談支援センター | TEL 0866-56-3939(直通) | 平 日 9:00 ~ 12:00 13:00 ~ 16:00 |
| 岡山ろうさい病院 がん相談支援センター | TEL 086-262-0131(代表) | 平 日 9:00 ~ 16:30 |
| 岡山市立市民病院 がん相談支援センター | TEL 086-737-3000(代表) | 平 日 9:00 ~ 17:00 |
| 川崎医科大学 総合医療センター がん相談支援センター | TEL 086-225-2111(代表) | 平 日 9:00 ~ 17:00 土曜日 9:00 ~ 12:30 |
| 倉敷成人病センター がん相談支援センター | TEL 086-422-2152(直通) | 平 日 9:00 ~ 16:00 |

上記内容は変更になる場合がありますので、各医療機関にご確認ください。



memo

A series of horizontal dashed lines for writing, starting below the word 'memo' and extending across the width of the page.



第1部

病気や治療について

第1部では、あなたやご家族などの身近な人ががんと告げられた時にどこに相談すればよいか、主治医からの病状説明を聞く際のポイント、その他岡山県でがん治療を受ける際に必要な情報を掲載しています。



1. がんと告げられたとき

(1) がんと診断されたあなたへ

がんと診断されたとき、動揺するのは無理ありません。「ショックで頭が真っ白になって何も考えられない」「これからどうなるんだろう」と不安な気持ちでいっぱいになると思います。

不安な気持ちを「ひとりで解決しなくては」と我慢する必要はありません。ひとりで悩まないで、わからないことや不安なことは近くににいる医療スタッフや、がん相談支援センターに相談しましょう。治療のことや生活のことを一緒に考えていきます。

(2) 身近な人ががんと告げられたら

身近な人ががんと告げられたときの気持ちも、とてもつらいものだと思います。自分がつらくても、本人はもっとつらいと思い、気持ちを抑えてしまうことも少なくありません。精神的な負担だけではなく、介護や経済的な心配もあるでしょう。

家族は「第二の患者」とも言われており、患者さんと同様に家族の心は揺れ動きます。つらい気持ちをひとりで抱え込まないで、近くににいる医療スタッフやがん相談支援センターにご相談ください。

※岡山県のがん相談支援センターについてはP7をご参照ください。



(3) 主治医の説明を聞く

主治医はこの先の治療において、もっとも重要な情報源です。主治医は病状説明で以下のことをお話しします。

- ・がんの診断（病名、がんの広がり（病期、ステージ））
- ・がんの治療
- ・治療にともなう副作用、合併症
- ・将来的な見通し など

すぐに治療をしなければならないことについては、お会いしたその日にすべてお話しすることもありますし、時間的に猶予のある病状であれば、患者さんの気持ちのつらさやご家族のサポート状況などを確認しながら、段階的に話すこともあります。

いずれにしても、患者さんやご家族に関わる重要な説明ですので、まずは主治医の説明をよく聞きましょう。そして、知りたいことは遠慮なく質問しましょう。

落ち着いて説明を聞くために、主治医と話すときには以下のポイントを参考にされるといいと思います。

- ・説明を聞く日程は主治医と相談し、予約を入れて説明を受ける時間を確保してもらいましょう。
- ・患者さんご自身だけでなく、ご家族や頼りになる人と一緒に説明を聞きましょう。
- ・主治医に質問したい内容を、事前に書き出しておきましょう。
- ・説明内容のメモを取っておくと、後で確認するときに役に立ちます。
- ・わからないことは繰り返し確認しましょう。



1. がんと告げられたとき



手記 2022年4月 突然の肋骨の痛みと息苦しさのため救急受診し、心筋梗塞の疑いで様々な検査を受けました。その日の夜、おそらく白血病だと告げられて着の身着のまま入院しました。翌日には病名が確定し「急性白血病です。今後1週間が山なので、今から治療を始めます」と告知されました。発病から告知・治療開始までわずか一日でした。

急な入院でしたが、コロナ禍のため家族とも面会はできず、感染予防のためクリーンルームの個室から出ることもできませんでした。そのため告知された直後は孤独を感じるばかりで、なかなか前向きな気持ちになれませんでした。

しかし日を追うごとに家族や友人、そして医療スタッフの励ましが力になり、がんになって初めて自分がどれだけ多くの人に支えられているのか、気づく事ができました。周囲の方への感謝の気持ちが辛い治療を受ける勇気につながりました。

がんになって当たり前だった日常がどんなに貴重な日々だったかを知ることができました。これからも治療は続きますが、限りある日々幸せを感じながら、一日一日大切に生きていきたいと思っています。

memo

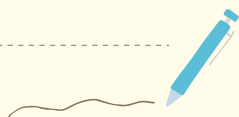
.....

.....

.....

.....

.....



2.治療について知る

(1) 標準治療について

「標準治療」とは、臨床試験の結果などから、現在利用できる治療の中で最良と考えられ、多くの患者さんに行うことが推奨される治療のことをいいます。専門家が集まって、科学的根拠に基づいて検討した結果、有効性や安全性の観点から最良であると合意が得られた治療であり、多くのがんで診療ガイドラインに標準治療が示されています。がん治療を行う病院では、診療ガイドラインに沿った標準治療が行われています。ただし、すべての患者さんで標準治療が最良とは限らないので、治療はそれぞれ患者さんの状態に応じて検討される必要があります。

(2) 治験・臨床研究について

新しい薬を作り、その薬を保険診療で使うことができるようになるためには、薬の候補品を患者さんに使っていただき、どれほど効くのか、どのくらい安全なのかを確かめる必要があります。

このように人を対象にした試験を「臨床試験」といい、特に、将来厚生労働省に提出され、製造承認を得ることを目的とした臨床試験を「治験」といいます。そして、この治験で使われる薬の候補品を「治験薬」といいます。治験薬すべてが有効かつ安全とは限らず、治験を通じて有効性および安全性が証明された薬が将来の標準治療の候補となります。



(3) がん遺伝子パネル検査について

がん遺伝子パネル検査は、がんの発生に関わる複数の遺伝子の変化を一度に調べる検査です。患者さんのがんの組織や細胞を使って数十から数百の遺伝子を調べて、がんの特徴を確認します。この検査によって遺伝子の変化を認めた場合、治療薬の選択や、治療方針を考えることにつながります。一方で、遺伝子の変化を認めない場合や、遺伝子の変化を認めたとしても使用できる薬が見つからない場合もあります。

がん遺伝子パネル検査は、標準治療が終了した、もしくはない、などの条件を満たした場合に、がんゲノム医療として保険診療の対象になります。適応については主治医とご相談ください。

がん遺伝子パネル検査は、国から指定を受けた医療機関を中心として行われています。岡山県内で国の指定を受けている医療機関には、下記の7施設があります（2024年2月現在）。

1. 岡山大学病院
2. 倉敷中央病院
3. 川崎医科大学附属病院
4. 岡山医療センター
5. 岡山赤十字病院
6. 津山中央病院
7. 岡山済生会総合病院



がん遺伝子パネル検査では、治療に関係する情報のほかに、遺伝子の情報から生まれつきがんになりやすい遺伝的な特徴を有しているかが分かる場合があります。遺伝の情報は血縁者と共有しているので、患者さんの検査結果をもとに、血縁者も遺伝情報に基づいたがん検査を実施するなど、血縁者においてもがん予防、早期発見・早期治療に役立てることが可能な場合があります。

(4) 希少がんについて

「希少がん」とは「人口10万人あたりの罹患数が6例未満の“まれ”な“がん”」の総称です。2019年の統計では日本人の人口10万人あたりのがん罹患数が791.9でしたので、希少がんは130人のがん患者さんのうち1人以下というとても“まれ”な病気です。ちなみに同じ2019年では、日本人で一番多い大腸がんの罹患数が人口10万人あたり123.3でした。しかしながら、実際にはたくさんの種類の「希少がん」があり、その数はおよそ200種類に及びます。すべての希少がんをまとめるとがん全体に占める割合は15～20%にもなり、がん患者さんのうち5～6人に1人は希少がんという計算になります。実は、希少がん患者さんの全体の数は決して「希少」ではないのです。

このように希少がん全体の数としては決して“まれ”ではないのですが、個々のがん種で見ると罹患する人が非常に少ないために、有効な診断・治療法の開発が難しく、診療のためのガイドラインも整備されておらず、希少がんを専門にする医療機関も少ないという問題があります。主治医から「希少がんで治療法がない」、或いは「ここでは治療経験が無い、どの病院で治療してもらえるかもわからない」と言われて途方に暮れたという話しも少なからず耳にします。

この問題解決のために、国立がん研究センターに希少がんに関する正確かつ最新の情報を患者さんに届ける「希少がんセンター」が設置され、その後全国の地方（地域）にも希少がんセンターが設置されてきています。国立がん研究センターの希少がんセンターのホームページにはたくさんの希少がんに関する患者さん向けパンフレットが掲載されていて、大変参考になりますので是非ご活用ください。患者さんが直接電話で相談できる「希少がんホットライン」も

2.治療について知る

紹介されています。岡山県では、2024年には岡山大学病院に希少がんセンターと希少がんホットラインが設置される予定です。

○国立がん研究センター中央病院

さまざまな希少がんの解説

<https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/division/rcc/about/index.html>



○国立がん研究センター

全国の希少がんセンターに設置されている
希少がんホットライン



<https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/division/rcc/hotline/index.html>

(5) 医科歯科連携について

1. がん治療の前には歯科を受診しましょう

がん治療では、医科と歯科の連携が重要です。がん治療の前に、口腔衛生管理（口の中をきれいにすること）や口腔機能管理（口から食事を摂取できる状態にすること）を行うと、がん治療を円滑に進めることができます。

2. 手術の前に歯科を受診する

① 肺炎の予防

がん手術の多くは全身麻酔で行われます。全身麻酔では人工呼吸のための管を口から肺の手前まで入れます。このとき、口が不衛生であると、口の細菌が肺に到達し、術後に肺炎を引き起こします。手術前に歯科で口の中をきれいにすることは、肺炎の予防につながります。

② 術後回復の促進

多くの歯を失い口の機能が低下していれば口から食事を摂取できません。手術の前に義歯を作製しておき、術後早期から口からの食事摂取が可能な様に準備しておけば、術後の回復が促進され、早期退院につながります。

3. 薬物療法の前に歯科を受診する

① 粘膜炎の軽減

抗がん剤治療は口の粘膜にダメージを与え、粘膜炎ができることがあります。抗がん剤治療の前に歯科受診し、虫歯の治療を行うこと、また口の中をきれいにし保湿することは粘膜炎の軽減につながります。

② 顎骨壊死の予防

がんの骨転移の予防・治療で使用する骨吸収抑制薬は、まれに顎骨壊死を引き起こします。あらかじめ歯科治療を行なっておけば薬剤関連顎骨壊死の予防につながります。

4. 放射線治療の前に歯科を受診する

耳鼻咽喉科、歯科口腔外科で頭頸部がん・口腔がんの治療を受ける患者様へ

① 放射線治療の完遂

頭頸部領域（口、のど、唾液腺など）に放射線治療を受けると、口に様々な障害（粘膜炎、口の渇き、歯周炎やカンジダ症の増悪）を発症します。歯科で口の中をきれいにし、疼痛などの症状を緩和することは放射線治療の完遂につながります。

② 顎骨壊死の予防

顎骨に放射線が当たる場合は、放射線治療前に歯科治療を行うことで放射線性顎骨壊死を予防することが出来ます。

3.情報を集めよう

(1) がん診療連携拠点病院等とは

岡山県には1か所の「都道府県がん診療連携拠点病院」と6か所の「地域がん診療連携拠点病院」、2か所の「地域がん診療病院」があります。また、がん診療連携拠点病院に準ずる病院として、県独自に4か所を「がん診療連携推進病院」として指定しています。(2023年11月1日現在)

○岡山県がん診療連携協議会

がん診療連携拠点病院とは？

<http://www.okayama-ganshinryo.jp/about/hospital.shtml>



(2) インターネットで情報を探す

次のホームページで、様々ながん関連情報をご自身で調べることができます。がんに対する不安や疑問を解消するために、がんについて詳しく知りましょう。

○国立がん研究センター がん情報サービス

<https://ganjoho.jp>



○国立がん研究センター がん情報サービス

患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版

https://ganjoho.jp/public/qa_links/book/public/hikkei02.html



○一般財団法人国際医学情報センター がんinfo

<https://www.imic.or.jp/library/cancer/>



3.情報を集めよう

第1部

病気や治療について

○がん情報サイト Cancer Information Japan
<https://cancerinfo.tri-kobe.org/>



○日経B P社 がんナビ
<https://medical.nikkeibp.co.jp/inc/all/cancernavi/>

○公益財団法人がんの子どもを守る会
<https://www.ccaj-found.or.jp/>



○岡山がんサポート情報
<https://www.pref.okayama.jp/site/cancer/>

(3) セカンドオピニオン

突然がんと告げられ困惑した状況で、主治医から提示されたどの治療を受けるべきかを選択することはとても困難で、ご家族と相談しても決められないことはよくあることです。このような場合、主治医以外の専門医師からの情報を得ることで、納得して治療選択ができることに繋がります。

セカンドオピニオンを受けたい場合は、まずは主治医にその旨を相談してください。医師はセカンドオピニオンの重要性を理解していて、あなたの申し出を断ることなく、必要な資料を紹介状とともに準備してくれます。セカンドオピニオンをどの病院で受けるか迷う場合には、主治医に相談したり、がん診療連携拠点病院等にあるがん相談支援センター(P7参照)でも情報を得ることができます。また、岡山県がん診療連携協議会ホームページにも情報を掲載していますので、ご参照ください。

○岡山県のセカンドオピニオン実施医療機関
(岡山県がん診療連携協議会HP)

http://www.okayama-ganshinryo.jp/second_opinion/



第2部

より良い療養生活をおくるために

第2部では、療養生活に関する各種情報を掲載しています。がんを抱えながら、自分らしく生活するための手助けとなるサービスや窓口も紹介しています。




1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

(1) サロン・患者会について

がんサロン・患者会は患者さん同士が語り合い支え合う場です。同じ病を持つ仲間と出会うことで、不安から少し解放されたり、外へ出るきっかけになったり、情報交換をしたり、患者さん同士がつながることによって社会へ発信する場にもなったりしています。

①地域の患者会・サロンの紹介

岡山県内で活動しているがん患者会とサロンを紹介します。各患者会の活動内容を知りたい方や、入会を希望される方は下記の連絡先までお問い合わせください。がん体験者としてあなたの気持ちに寄り添い一緒に考えます。秘密は厳守しますのでお気軽にご連絡ください。

 **がんの患者さんとご家族の会(がんの種類・医療機関は問いません)**

■名称と連絡先

地域がんサロン「並木ひろば」

TEL 090-4140-2500


〒702-8058 岡山市南区並木町2丁目27-5

■活動内容

- ・並木ひろば：がん患者さん・体験者・そのご家族が集い、体調のこと治療のこと、その他自由に語り合っています。

日時：第1土曜日 13時～15時

開催場所：岡山市立岡輝公民館（岡山市北区旭本町1-80）

 **がんの患者さんとご家族の会(がんの種類・医療機関は問いません)**

■名称と連絡先

地域がんサロン・たんぽぽカフェ

TEL 090-5263-1275

FAX 086-273-9347

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

■活動内容

- 地域がんサロン：がん患者さん・ご家族が、病気のこと・不安なことなどを語り合い、情報交換ができる交流の場

日時：毎月第4水曜日 13時30分～15時

開催場所：福祉交流プラザ旭東（岡山市中区網浜 837-4）

- 市民公開講座などの開催

がんの患者さんとご家族の会（がんの種類・医療機関は問いません）

■名称と連絡先

地域サロン 患者と家族のための「赤坂ひろば」

TEL 080-4267-1516

■活動内容

- 地域がんサロン：がん患者や家族がなんでも話していい場です。患者ならでの悩みや困っていること、周りの人には話せないことが話せます。

日時：毎月第3火曜日14時～15時30分

場所：岡山協立病院なんでも相談室

乳がん体験者の会

*どちらの医療機関で治療をされた方でも入会できます

*あけぼの会本部や全国都道府県のあけぼの会とネットワークでつながっています

■名称と連絡先

あけぼの岡山

TEL・FAX 086-272-9443

〒703-8281 岡山市中区東山3-6-6-1

E-mail:akebonookayama30@gmail.com

第2部

より良い療養生活をおくるために

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

■活動内容

《相談会・支援》

- あけぼのハウス（同じ体験者としてご一緒にお話する会）

日時：第4土曜日…13時30分～15時

会場：（岡山）岡山中央病院

（倉敷）川崎医科大学附属病院

- ひだまりカフェ（再発患者さんのための語らいの場）

《啓発活動》

- ABCEF 活動

講演・体験発表などを通して地域の皆様に検診・早期発見の大切さをお伝えします。

《会員の親睦・交流》

- 総会、定例会
- 季節のつどい、秋の旅行、勉強会（各分野の専門の講師のお話）など
- 機関誌「キラキラ」の発行（年3回）

乳がん患者の会

※治療を受けられた医療機関に関係なく入会できます

■名称と連絡先

QOL" 輪唱 " 岡山 アンダンテ

TEL 090-7375-9583

〒710-0826 倉敷市老松町 3-9-28

E-mail : take_heart1990@yahoo.co.jp

HP : take-heart2019.jimdofree.com

■活動内容

- 勉強会（乳がん治療、乳房再建、緩和医療など）
- 親睦旅行、茶話会、ランチの会、フラワーアレンジメント他
- 同好会（パッチワーク教室、絵手紙教室など）
- ミニ通信（年4回発行）（体験談、医療情報、活動の感想など）

 乳がん体験支援者の会

■名称と連絡先

QOL" 輪唱 " 岡山 テイクハート TEL 090-7375-9583
〒710-0826 倉敷市老松町 3-9-28
E-mail : take_heart1990@yahoo.co.jp
HP:take-heart2019.jimdofree.com

■活動内容

医師への相談と支援者との語り合いによる心のケア

- 金曜支援会：毎週金曜日 14時～16時
開催場所：倉敷成人病センター 9F 多目的ホール
- 第3日曜日の集い：毎月第3日曜日 14時～16時
開催場所：倉敷天満屋 6F ウィズアップくらしき
- 乳がん医療相談：年4回（土曜日 13時30分～16時）
- ホットタイム（再発乳がん患者の集い）
- ミモザ（若い乳がん患者の集い）45歳以下の患者対象
- インナーウェア（補整専門下着）の情報提供

※ QOL"輪唱"岡山とは、医師、看護師、医療関係者、乳がん体験者で構成する会です

 乳がん患者の会

■名称と連絡先

QOL" 輪唱 " 岡山 ハーモニー津山 TEL 080-1900-7863 中尾方

■活動内容

- 県北津山で活動をしている患者会です。
- 食事会・勉強会・相談会などを開催しています。
同じ経験をした仲間とお話ししませんか。
- 少しでも心のよりどころとなれたらと願っています。
（医療機関は問いません）
日時：毎月第3土曜日 14時～16時
開催場所：津山中央病院 健康管理センター3階会議室

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

♥人工肛門・人工膀胱保持者の会

■名称と連絡先

公益社団法人 日本オストミー協会 岡山県支部

TEL 090-6845-0103

〒713-8103 倉敷市玉島乙島7357-12 河手忠臣 方

■活動内容

- ・医療講演会
- ・自立支援の講習会
- ・相談会
- ・体験交流会
- ・補装具展示会
- ・研修旅行 など

♥喉頭摘出で声を失った方の会

■名称と連絡先

岡山県喉頭摘出者福祉団体 新声会

TEL : 090-3746-2625

FAX : 0869-64-1298

〒705-0002 備前市浦伊部1113-24 宮田勘一 方

■活動内容

- ・声を失った方への第2の声の発声教室
岡山教室：毎月4回 第1～第4水曜日
13時～14時30分
開催場所：岡山国際交流センター または
きらめきプラザ2F（ゆうあいセンター内）のいずれか
-
- 津山教室：第1・第3日曜日 13時～15時
開催場所：津山障害者福祉センター「神南備園」

memo



1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

♥ 血液のがん（他のがんの方も可）等の患者さん及びご家族がつどい、病気に立ち向かう勇気ときぼうを見つけ出す会

■名称と連絡先

岡山造血細胞移植患者会 きぼう TEL・FAX 086-221-9077
〒700-0921 岡山市北区東古松5丁目1-32-907
E-mail : hiroko.yamabe@nifty.com

■活動内容

- ・市民公開講座・総会・懇親会（年1回）開催
- ・お花見などの親睦会や他の患者会との交流会開催
- ・患者サロンの開催
- ・献血推進活動、骨髄・さい帯血ドナー拡大のための活動へ参加
- ・医療機関のイベントにピアサポートとして参加

♥ 小児がんの子どもを持つ親・ご家族の会

■名称と連絡先

公益財団法人がんの子どもを守る会 岡山支部
TEL 03-5825-6311（本部）
TEL 03-5825-6312（相談専用）
〒111-0053 東京都台東区浅草橋1-3-12

■活動内容

- ・小児がんの子どもを持つ親・ご家族が集まって、交流会や講演会を行っています。
- ・岡山支部への連絡は本部へお願いします。
- ・本部では電話による相談に応じています。

第2部

より良い療養生活をおくるために



1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

♥ 肺がん患者の会

■名称と連絡先

肺がん患者会 ライオンハート岡山 TEL 086-235-2015
〒700-0914 岡山市北区鹿田町1丁目6-17
ブックカフェ栞日内

■活動内容

- 毎月第2日曜日14時から肺がん患者と家族が集い、語り合う場を作っています。

場所：ブックカフェ「栞日（しおりび）」
（岡山大学病院北側のバス通り沿い）

*開催日時、場所は変更になることがあります。事前にご確認をお願いします。

またブックカフェ栞日は町なかがんサロンを兼ねています。
がん種を問わずがん経験者と話したい時にはお気軽にお立ち寄りください。

♥ AYA世代（15歳～39歳まで）にがんに罹患された方の会

■名称と連絡先

若年性がんサポートグループAYACan!!
E-mail: ayacan2019@gmail.com
HP <https://ayacan.org/>

■対象

- 15歳～40歳前後にがんに罹患したAYA世代がん経験者、もしくは、AYA世代がん経験者に共感できるがん経験者。
- がんの種類や性別、住んでいる地域は不問。

■活動内容

- オンラインを利用したざっくばらんなおしゃべり会「オンラインサロン」や対面でのおしゃべり会を毎月開催。
- 地域を巻き込んだAYA世代がん啓発イベント、ヨガ・筋トレなどのエクササイズ、クリスマス会・ピクニック・味噌づくりなど季節を感じられる楽しいイベントも企画しています。

②がん診療連携拠点病院内の患者会の紹介

がん診療連携拠点病院は、患者さんやご家族が当事者同士で様々な想いや悩みについて、情報交換や交流を図る場として患者会を開催しています。開催状況など詳しくは各病院へお問い合わせください。

■岡山大学病院

★アニマート

連絡先：乳がん患者会アニマート

E-mail：animato2005@gmail.com

対象者：当院の乳がん患者さんが中心ですが、
院外の患者さんの参加も可（ご家族参加あり）

★オストメイトサロン（人工肛門・人工膀胱保有者の集い）

連絡先：総合患者支援センター TEL 086-235-7744

対象者：院内・院外の患者さん及びご家族

■岡山済生会総合病院 連絡先：TEL 086-252-2211（代表）

★もみじ会

対象者：ストーマ造設者の方

（当院入院歴あるいはストーマ外来歴のある患者さん）

★あしたの会

対象者：当院で治療をされている、もしくはされていた
婦人科がん（乳腺を除く）の患者さん

★りんごの会

対象者：当院で乳房の手術を受けられた患者さん

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

■岡山赤十字病院（外科外来受付へ）

連絡先：TEL 086-222-8811（代表）

★乳がんについての雑談・相談・勉強会

対象者：院内・外の乳がん患者さんご家族

■倉敷中央病院

連絡先：TEL086-422-0210（代表）
血液治療センター

★血液内科患者交流会 二人三脚

対象者：当院血液内科に通院中・入院中の患者さん及びご家族

③岡山県内がんサロンの紹介

がんサロンとは、患者さんやご家族など同じ立場の人が病気のことを語り合い、悩みや不安の共有や、情報交換を行う場です。

■岡山大学病院

★がんサロン岡大

連絡先：総合患者支援センター TEL 086-235-7744

対象者：原則として、当院に通院歴があるがん患者さんご家族

★がんカフェ

連絡先：総合患者支援センター TEL 086-235-7744

対象者：県内のがん診療連携拠点病院等で診療を受けておられるがん患者さんご家族

■岡山済生会総合病院

★サロンさいせい

連絡先：がん相談支援センター TEL 086-252-2211

対象者：がん患者さんご家族（当院通院歴は問いません）

■岡山医療センター

★ほのぼのサロン

連絡先：がん相談支援センター TEL 086-294-9911
(内線 8076)

対象者：当院で診療を受けておられるがん患者さんと
ご家族

■岡山赤十字病院

★がんサロン

連絡先：がん相談支援センター TEL 086-222-8827
対象者：がん患者さんとご家族

■倉敷中央病院

★がんサロンのぞみ会

連絡先：がん相談支援センター TEL 086-422-0210(代表)
対象者：当院で診療を受けておられるがん患者さんと
ご家族

のぞみ会会員交流ページ（インターネット上の専用掲示板）あり

■川崎医科大学附属病院

★がんサロン

連絡先：がん相談支援センター TEL 086-462-1111
(内線 22616)

対象者：がん患者さんとそのご家族

■津山中央病院

★がんサロン 和み

連絡先：がん診療相談支援センター TEL 0868-21-8111
(代表)
対象者：がん患者さんとそのご家族

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

■金田病院

★まちなかカフェ まにわ

連絡先：がん相談支援センター TEL 0867-52-1191

対象者：がん患者さんご家族、がんサバイバーの方
一般市民の方、がん患者さんのサポーター
(支援者)等

■高梁中央病院

★がんサロン たかはし

連絡先：がん相談支援センター TEL 0866-56-3939

対象者：がん患者さんご家族

■川崎医科大学総合医療センター

★かわさき深砥サロン

連絡先：がん相談支援センター TEL 086-225-2134

対象者：がん患者さんご家族

■倉敷成人病センター


★がんサロン ゆらり

連絡先：がん相談支援センター TEL 086-422-2152

対象者：がん患者さんご家族

(2) 患者さん・ご家族の支援団体について

- ・日本対がん協会 <http://www.jcancer.jp>
がん相談ホットライン 03-3541-7830
看護師や社会福祉士が患者さんやご家族、
大切な人などからの相談をお受けします。



あなたは
ひとりじゃないよ

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

毎日（年末年始を除く）

10：00～13：00、15：00～18：00

※予約は不要です・相談は匿名で結構です・相談内容の秘密は厳守します・相談時間は原則20分です・電話代は相談者の負担になります。

• 日本対がん協会 社会保険労務士による電話相談

社会保険労務士が治療の過程や、体調・気持ちに合わせた「働き方」や「働くこと」についてご相談をお受けしています。

※専用フォームよりご希望日時をご入力下さい

https://www.jcancer.jp/consultion_and_support/work_support



• メッセージャーナース

岡山の連絡先：岡山メッセージャーナース

合同会社 岡山在宅看護センター晴

岡山市北区表町3-21-1 細堀マンション201

TEL 086-201-3986、FAX 086-201-3987

Email:smile-haru-sun@iris.ocn.ne.jp



メッセージャーナースとは

対話を通じて、あなたの迷いや苦しみを一緒に整理し、納得できる治療や生活を選択することができるように、あなたと医療者との懸け橋になる専門の看護師です。



1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

(3) がん患者のご家族・ご遺族の支援団体について

・第2の患者会 すろーす

がん患者の家族は、患者と同じように精神的、身体的負担を経験し、ケアが必要なことから「第2の患者」と呼ばれています。

すろーすでは、がん患者の家族や遺族が安心して語り合うための場づくりを中心に、医療者や医療機関とも協力しながら、がん患者の家族や遺族を支える様々な活動を行っています。

※詳細につきましては、ホームページなどでの確認や連絡先にお問い合わせください。

【連絡先】 E-mail:sloth.okayama@gmail.com

ホームページ：https://www.sloth2018.com

TEL:080-6471-0123

(4) がん体験者によるピアサポート相談会

ピアサポーターの「ピア」とは仲間、「サポーター」とは支える人という意味です。「ピアサポート」はがんを体験した人同士の支え合いを表す言葉です。

診断後の戸惑いや不安、治療のことだけでなく生活や仕事、家族のことなど、その時々には様々な悩みがあるかと思います。そのような時、ピアサポーターにお話をしてみませんか。患者さんやご家族の気持ちに寄り添い、同じような体験をした仲間ならではの支援ができます。お気軽にお立ち寄り下さい。

場所：岡山大学病院 総合患者支援センター内

活動日：第2水曜、第3火曜 10：00～15：00

対象者：がん患者さん・ご家族

(どちらの医療機関に通院している方でも可)

1. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

場所：倉敷中央病院

対象：当院のがん患者さん・ご家族

※活動日など詳細は倉敷中央病院がん相談支援センター
(P7参照) までお問合せください

*ピアサポーターは医療従事者ではないため、具体的な治療方法、医療機関の紹介・苦情などのご相談はできません。



手記

2005年5月初めて受けた人間ドックで右側乳がんの告知を受け、信頼できる担当医のもと手術日がほぼ決まっていたのに「セカンドオピニオンを受けたい」となぜかふと思い、勇気を出し申し出たところ快く紹介状を書いていただきました。セカンドオピニオンで左側も乳がんであると分かりセカンドオピニオンを受けた病院で手術を受けることに。両側乳がんの告知を受け「私の人生終わったな」と思いました。突然乳がん患者になり混乱している私に「乳房再建」という新たな課題ができ更に混乱します。8月に手術、エキスパンダーを挿入。その後インプラントを使う予定を変更し2007年お腹の脂肪を移植する乳房再建術(DIEP flap)を受けました。

告知から手術まで短期間に様々なことを決めなければならず混乱しながら情報を集め主治医に相談し一つひとつ決めていく中、不安になりながら手術方法を決められない時(私の場合、自家組織かインプラントか、どの病院で手術するかなど)、誰かに温かく寄り添ってもらってただ気持ちを聞いてほしいと心から思いました。

乳房再建術を受ける前、同じ病院、同じ先生でほぼ同じ手術を受けた先輩患者さんと出会い、入院中便利だった入院グッズ

第2部

より良い療養生活をおくるために

2. 病気に伴う心と体の痛みを和らげたい

がん医療における緩和ケアとは、心と体の痛みを和らげその人らしさや生活を大切に考える考え方です。

がんと診断されると、体の痛みだけでなく、治療に対する不安、仕事やご家族に対する心配など、様々な痛みやつらさを抱えることが少なくありません。緩和ケアは、患者さんの生活の質を向上するだけでなく、がんに対する治療効果にも良い影響を与えることがわかっています。

以前は、がんの治療ができなくなってから、緩和ケアが行われていましたが、現在では、がんと診断された時から治療と同時に緩和ケアが行われるよう取り組まれています。

(1) 緩和ケアチーム

緩和ケアチームは、治療の時期や入院・外来に関わらず患者さんの治療を担当する医師や看護師などと一緒に体（疼痛・呼吸困難・吐き気など）と心の痛みに対応します。また患者さんの社会生活やご家族の悩みを含めた包括的サポートも行います。

緩和ケアチームは、身体症状や精神症状を担当する医師、緩和ケアに従事している看護師、薬剤師、心理士、ソーシャルワーカー、リハビリスタッフなどの多職種から構成されています。

●緩和ケアチームによるケアを希望される場合

主治医または看護師にご相談ください。

(2) 緩和ケア外来

緩和ケア外来は、患者さんにご家族が自分らしく過ごせるように、治療を担当する医師と協力して、いろいろな場面で幅広い対応をしていきます。

2. 痛さやつらさを和らげたい

●緩和ケア外来を希望される場合

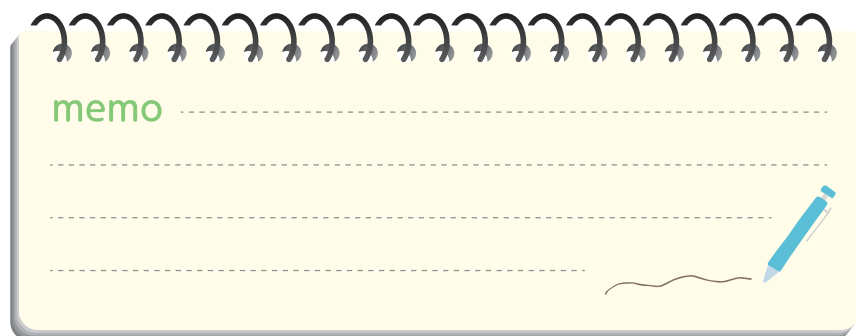
主治医に相談し、診療情報提供書（紹介状）の作成をお願いします。受診する際は事前予約が必要です。それぞれの医療機関へお問い合わせください。

(3) 緩和ケア病棟（ホスピス）

緩和ケア病棟は、ホスピスとも呼ばれており、患者さんの心と体の痛みを和らげる治療やケアをおこなう専門の病棟です。医師・看護師・薬剤師のほか、心理士、ソーシャルワーカー、栄養士などがチームを組んで全人的ケアを行います。また、緩和ケア病棟（ホスピス）には、患者さんやご家族がくつろげるデイルームやご家族が休息するための家族室のほかにキッチンや浴室などもあります。

●緩和ケア病棟に入院を希望される場合

主治医に相談し、診療情報提供書（詳しい紹介状）の作成をお願いします。入院を希望される場合にも事前相談が必要です。（事前相談時に予め緩和ケアのための外来を受診いただく場合があります。その際の料金については各医療機関にお問い合わせください。）



2. 痛さやつらさを和らげたい


■緩和ケア外来または緩和ケア病棟のある医療機関(2023年9月現在)

| | 病院名 | 連絡先 | 緩和ケア病棟の有無 | QRコード |
|-----|---------------------------------|--------------------------------------|-----------|---|
| 岡山市 | 岡山大学病院 緩和ケア外来 (医師) | 086-235-6039 (直通) (緩和ケアセンター) | なし |  |
| | 岡山大学病院 サポーターズ外来 (看護師・薬剤師) | | | |
| | 岡山済生会総合病院 緩和ケア外来 | 086-252-2796 (直通) (緩和ケア相談室) | あり |  |
| | 岡山赤十字病院 緩和ケア外来 | 086-222-8827 (直通) (がん相談支援センター) | あり |  |
| | 国立病院機構 岡山医療センター 緩和ケア外来 | 086-294-9911(代) (がん相談支援センター) | なし |  |
| | 川崎医科大学総合 医療センター 緩和ケア外来 | 086-225-2134(直通) (がん相談支援センター) | あり |  |
| | 岡山中央病院 緩和ケア外来 | 086-252-3221(代) | あり |  |
| | 岡山協立病院 緩和ケア外来 | 086-272-2121(代) | あり |  |
| | 岡村一心堂病院 緩和ケア内科 | 086-942-9900(代) | あり |  |

第2部

より良い療養生活をおくるために

2. 痛さやつらさを和らげたい

| | 病院名 | 連絡先 | 緩和ケア病棟の有無 | QRコード |
|-----|-----------------------------|---------------------------------|-----------|--|
| 倉敷市 | 倉敷中央病院 緩和ケア外来 | 086-422-0210(代) (がん相談支援センター) | あり |  |
| | 川崎医科大学 附属病院 臨床腫瘍科 | 086-462-1111(代) | あり |  |
| | 倉敷市立市民病院 緩和ケア内科 | 086-472-8111(代) (地域連携室) | なし |  |
| | 倉敷成人病センター 緩和ケア外来 | 086-422-2116(代) 地域連携室 | あり |  |
| | 倉敷中央病院 リバーサイド 緩和支援療法科 | 086-448-1111(代) | なし |  |
| 津山市 | 津山中央病院 緩和ケア外来 | 0868-21-8111(代) | あり |  |

(4) がんの緩和ケアを行う医療機関

住んでいる地域の病院や在宅サポートを行う医療機関についての情報。インターネット上のホームページで検索できます。

●岡山県がん診療連携協議会

<http://www.okayama-ganshinryo.jp/>

ホームページにある「がん診療連携強化マップ」を

クリックすると「岡山県がん診療連携強化マップ」が表示されます。



(5) 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、ホームヘルパーが協力して、患者さんの生活をサポートします。

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、もしくは各がん相談支援センターなどにご相談ください。

また、在宅療養を行う医療機関等などの情報は下記インターネットに掲載しています。

●岡山がんサポート情報

<http://www.pref.okayama.jp/site/cancer/>



こちらも Check!

「がんになったら手にとるガイド（普及新版）」P161



https://ganjoho.jp/public/qa_links/book/public/hikkei02.html

memo

.....

.....

.....

.....

3. 自宅で療養したい

訪問診療、訪問看護、訪問薬局、ケアマネジャー（介護支援専門員）などの在宅療養を支えるチームが連携することで、安心して療養生活を送ることができます。

(1) 医療的なサポート

① 訪問診療

医師が定期的、且つ計画的に自宅を訪問し、診療や治療、薬の処方、療養上の相談などを行います。患者さんの病状に応じて定期的訪問回数は異なりますが、緊急時には24時間体制で電話相談や訪問対応ができる医療機関もあります。状態が急に悪くなった時には、病院医師と連携して治療法の相談や入院の手配を行います。

通院と同様に医療保険を使用しますが、訪問回数や処置の内容等によってかかる費用は異なりますので、依頼時には確認しましょう。

② 訪問看護・リハビリ

訪問看護は、看護師が自宅に定期的に訪問して、患者さんの病気や障害に応じた看護を行うことで、住み慣れた家でその人らしく生活できるよう支援するサービスです。健康状態の観察や悪化防止のケア、療養生活の相談とアドバイス、痛みなど症状緩和のための医療処置など主治医の指示を受けて、在宅に合った方法でケアを行います。また24時間対応の訪問看護ステーションは、夜間や定期訪問以外の緊急時に対応します。主治医やケアマネジャー、訪問薬局等とも連携し安心して自宅で療養できるように支援します。

訪問リハビリは、リハビリ専門職種（理学療法士、作業療法士、言語聴覚士）が自宅を訪問してリハビリテーションを行うサービスのことです。歩行や寝返りなどの機能訓練、食事や排せつなどの生生活動作訓練、言語機能や嚥下機能の訓練、福祉用具の活用方法や住宅改修のアドバイスなどを提供します。

訪問看護・リハビリについては、医療保険と介護保険のどちらを利用するかは条件や病状によって異なります。それによって自己負担が変わりますので、事前に確認しておきましょう。

③訪問薬局

訪問薬局は、薬局に行くことが難しい患者さんや、薬の管理が難しい患者さんのご自宅に薬剤師が直接お薬をお届けし、服薬指導や副作用の確認、残薬整理など薬の管理をサポートするサービスです。お薬の処方に関しては医療保険の自己負担がかかります。

(2) 生活面のサポート

①介護保険制度

日常生活を送る上で何らかの支援や介護が必要な状況になった場合に、要介護認定（要支援1・2、要介護1～5）を受けることで、様々な在宅サービスや施設サービスが利用できる制度です。

対象となるのは、①65歳以上（第1号被保険者）で何らかの支援や介護を必要とする方、②40歳以上65歳未満（第2号被保険者）で厚生労働省の定める特定疾病に該当し何らかの支援や介護を必要とする方です。

要介護認定を受けるための申請窓口は、住民票のある市町村役場の介護保険担当窓口になります。申請から要介護認定までは約1か月

3. 自宅で療養したい

程度かかるため、認定を急ぐ場合には市町村窓口や主治医にご相談ください。

《利用できる在宅サービスの一例》

- ・ ホームヘルプサービスなどの訪問サービス
- ・ デイサービスなどの通所サービス
- ・ ベッドや手すりのレンタルなどの住環境を整えるサービス
- ・ 乗り降りの介助が必要な場合の介護タクシー

《介護保険に関する相談窓口》

- ・ 各市町村の介護保険担当窓口
- ・ お住まいの地区を担当する地域包括支援センター
- ・ 居宅介護支援事業所のケアマネジャー

② その他利用できるサービス

介護保険の対象外の方や認定を受けていない方であっても、ベッドや車いすなどの福祉用具の自費レンタルや、食事の宅配サービスなどが利用できます。

ご自宅で療養されるにあたって具体的なイメージを持たずご不安なことも多々あると思います。個々の状況に応じて、利用できるサービスについて情報提供などのお手伝いができますので、がん相談支援センターやかかりつけの医療機関の看護師や医療ソーシャルワーカー等にご相談ください。



4. 治療をうけながら働きたい

～がんと診断されても、すぐに仕事をやめないで～

新たにがんの診断をされた方の3人に1人は働く世代だといわれています。治療技術の進歩により、通院や短期入院をしながら働く人も増えています。がんと診断されても、すぐに仕事を辞める必要はありません。

まずは主治医や看護師、がん相談支援センターなどに相談してみてください。病院以外にも相談できる窓口がありますので、ご利用ください。

Point!



～治療をしながら仕事をするために～

治療と仕事について相談できる窓口を確認しましょう
会社の制度を確認しましょう
利用できる社会保障制度を確認しましょう

(1) 医療機関で仕事について相談したい時

「治療をしながら仕事を続けられるだろうか」「職場に病気のことを、どこまで伝えたらいいのだろうか」「体力にあった仕事を探したい」「退職の不安」など、治療と仕事についての相談をお受けしています（相談日は各窓口へお問い合わせください）

がん相談支援センター（P7）

仕事の継続や休職、復職等、また社会保障制度等についての相談窓口です。

県内各医療機関に属する医療ソーシャルワーカー
（通院先医療機関にお問い合わせください）

4. 治療をうけながら働きたい

(2) 治療をしながら働きたい、休職、復職を考えたい時

岡山産業保健総合支援センター TEL086-212-1222

両立支援に必要な情報を患者、主治医、事業者の間で共有するための橋渡し、調整支援を行っています。また、両立支援促進員等による相談を行っています。

Point!



職場に従業員の健康管理を担当する産業医や産業保健師がいる場合、職場の事情を理解し、医学知識もある専門家として、相談できます。患者さんからの申し出により保険診療で主治医と産業医が病状や、治療計画、就労上の配慮などに関して意見交換を行うこともできます。

岡山県社会保険労務士会 TEL086-226-0164

就労支援や傷病手当金、障害年金等の社会保障制度の相談や求職中に受けられる給付金等のアドバイスを行っています。

岡山大学病院社会保険労務士出張相談 TEL 086-235-7744

相談日：毎月第2・4火曜日 10：00～13：00

(通院先医療機関を問わず利用できます)

連絡先：岡山大学病院がん相談支援センター

(3) 転職や再就職をしたい時

ハローワーク岡山（長期療養者相談窓口）TEL086-241-3701

がん等により、離職をされた方や転職を希望される方を対象に、就職支援ナビゲーターが能力、適性、病状や治療状況を踏まえ、マンツーマンで職業相談・職業紹介等を行っています。

4. 治療をうけながら働きたい

* 下記医療機関での出張相談、お近くのハローワークでも相談できます。

【予約制】 お問い合わせ先（P7 をご参照ください）

| | |
|--|---|
| 岡山大学病院 総合患者支援センター 毎週木曜日 10:00~13:00 | 岡山医療センター がん相談支援センター 第2・4水曜日 10:00~16:00 |
| 岡山済生会総合病院 がん相談支援センター 第3火曜日 10:00~16:00 | 倉敷中央病院 がん相談支援センター 第4火曜日 13:00~16:00 |
| 岡山赤十字病院 がん相談支援センター 第1火曜日 10:00~12:00 | 川崎医科大学附属病院 がん相談支援センター 第2火曜日 10:00~12:00 |

(4) その他の相談窓口

岡山労働局・労働基準監督署

労働問題の専門家が無料で相談に応じています。職場の労働問題でお困りの場合は、労働局及び各労働基準監督署に設置している総合労働相談コーナーへご相談ください。

| | |
|---------------------|---------------------|
| 岡山労働局内 086-225-2017 | 岡山監督署内 086-283-4540 |
| 倉敷監督署内 086-422-8177 | 津山監督署内 0868-22-7157 |
| 笠岡監督署内 0865-62-4196 | 和気監督署内 0869-93-1358 |
| 新見監督署内 0867-72-1136 | |

日本産業カウンセラー協会中国支部

(有料) TEL086-224-4050

予約受付：月～金曜日 10:00～16:00

産業カウンセラーによる、両立支援を受けたい勤労者のメンタルヘルス及びキャリア支援を行っています。

4. 治療をうけながら働きたい

Point!



退職を考えておられる方へ

退職に伴う保険証の変更などで、高額療養費の自己負担上限額が変更になったり、退職後の傷病手当金の受給継続が出来なくなる場合があります。退職を決断される前に利用可能な制度などを事前に確認されることをおすすめします。

(5) 治療と仕事に関する情報サイト

厚生労働省 「治療と仕事の両立支援ナビ」

治療と仕事の両立の支援にあたっての留意事項や準備事項、進め方をご案内するポータルサイトです。



岡山産業保健総合支援センター 「治療と仕事の両立支援」



仕事を継続するために就労上の配慮が必要な時、主治医・企業・産業医と連携・調整を行い、治療と仕事の両立プラン作成などの支援に関する情報等が掲載されています。

がん情報サービス 「がんと仕事」

これから治療が始まる時、復職する時、また雇用形態（正規雇用や非正規雇用）に応じたの留意点や情報がQ&Aで掲載されています。



(6) 関連資料

「事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン」



「治療しながら働く人を応援する
治療と仕事の両立支援ハンドブック」

「仕事とがん治療の両立お役立ちノート」



手記

職場の上司や同僚に恵まれた事が一番大きいと思いますが、まずは自分の病名、病状を素直に伝え、自分の現状を知ってもらおう事を今でも大切にしています。

今どんなことがつらくて困っているのか、どんなサポートをして欲しいのか、また、現状でどこまでは出来るがここからは出来ないという事をできる限り詳しく伝えていきます。ここ数年でがんになる人や公表する人は増えていて、がんという病名も珍しいと感じる雰囲気は少なくなってきているのではないのでしょうか。伝えるということに戸惑いや躊躇はもちろんあると思いますが、まずは伝えやすい人から伝えていくという方法もひとつかと思います。

私は30代前半の現役世代真ただ中でがんを発症し、その後再発を繰り返し今年で16年目になります。自分でもこれほど長く生きるとは思っていませんでした。再発の度に仕事につける日数・時間が少なくなり、やはり収入面は気がかりなことのひとつです。傷病手当金（公的補助）は18ヶ月で満了となるため、

4. 治療を受けながら働きたい

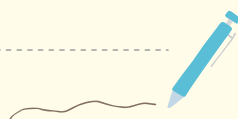
それ以降の保障はありません。今は民間保険会社が給与保障商品を取り扱っている場合もあります。働けなくなった時の収入確保を考える場合、民間保険を検討することは一つの方法かもしれません。

一人で抱え込んではいけません。沼にはまっていくばかりです。誰でもいいのでまずは誰かに相談してみてください。きっとそこから突破口がひらけます。同じ生きる時間なら、心が穏やかな時がたくさんある時間を生きることを願っております。



memo

A series of horizontal dashed lines for writing on the notepad.



5. がん患者のアピランス(外見)ケアについて

がんやがんの治療により、脱毛や皮膚、爪等の外見の変化が起こることがあります。変化を受け入れ過ぎられる方も多くいらっしゃいます。一方で、外見の変化により「周りの人からどう思われるのか気になる」「自分らしさがなくなった気がする」などの気持ちを抱え、今まで通りの生活を送りにくくなる人がいます。そんな苦痛を抱える方が、その人らしく過ごせるために、医療機関で看護師などの医療者が行うアピランス（外見）ケアがあります。

アピランスケア外来では、治療前と同じ姿に戻ることを目指すのではなく、外見の変化による辛い気持ちを和らげてその人らしく暮らしていける方法を患者さんと一緒に考えていきます。

また、岡山県内では、一部の自治体で、ウィッグ等の購入費の一部を助成しています。市町村の助成について知りたい方は、がん相談支援センターに相談してみましょう。



6. ACP(アドバンス・ケア・プランニング)について

多くの方が、急な病状の悪化や不測の事態で、必要な時に自分の意思を伝えられなくなる可能性があります。ACP(アドバンス・ケア・プランニング)とは、そういった私たちすべての人に訪れるかもしれない「もしもの時」に備えるために大切なことであり、将来の医療や生活について、家族や医療者と事前に話し合うことです。ACPの話し合いを通じて、前もって家族や医療者にご自分の考えや意思を理解してもらえていれば、あなたの思いを尊重した医療判断が可能になります。

この話し合いは、一度きりで終わるものではありません。状況や考えが変わるたびに何度も繰り返して行うもので、その時々を確認しながらあなたの考えに合った方法を話し合っておくことが大切です。また、わざわざ口に出さなくてもご家族はあなたの意思を理解している、と思われる方もおられるでしょう。しかし、普段から話合っていないと家族には伝わっていないことが多く、実際にその時になれば話をしていないことを後悔することも多いのです。ACPとはこのようなあなたの、そしてご家族の後悔を減らすための取り組みにもなります。

だからこそ、ACPの話し合いが重要です。特に意味がある方として、「病気が再発した方」、「入退院を繰り返している方」、「有効な治療法が限られてきている方」が当てはまります。このような状態ですと医療者から告げられたら、ACPの話し合いを考える良いタイミングかもしれません。

暗い話になると思われがちなACPですが、その目的は、今を最善に生き、心の中にある不安や心配事を解消することです。皆さんもぜひACPについて考え、家族や医療者と話をしてみてくださいはいかがでしょうか。

岡山県医療推進課HP

・ ACP啓発広報番組

<https://www.pref.okayama.jp/page/845383.html>



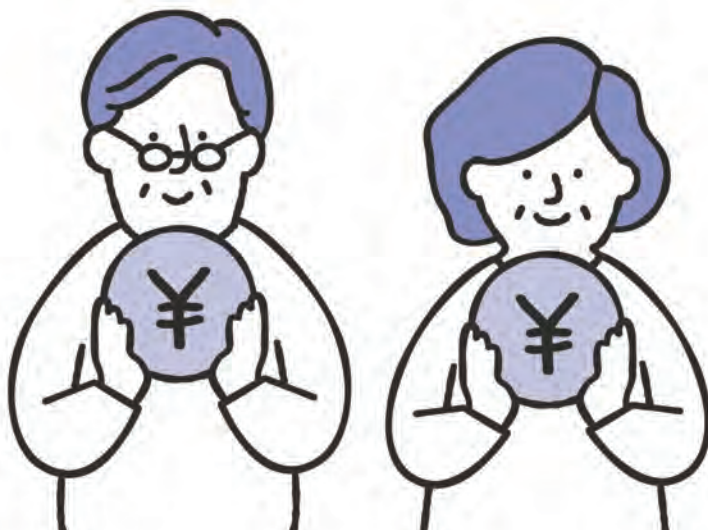
・ 最期まで自分らしく生きるために～各種リーフレットのご案内

<https://www.pref.okayama.jp/page/596242.html>

第3部

お金のことに ついて

第3部では、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。また、各制度についてどこへ相談・問い合わせをすればよいのか掲載しています。



1. 医療費の負担を減らしたい

(1) 高額な医療費がかかったとき

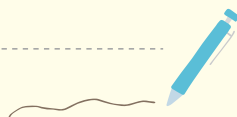
日本では全ての方が公的な医療保険（国民健康保険や協会けんぽなど）に加入することになっており、年齢や所得状況に応じて1～3割の自己負担で治療を受けることができます。それでも、治療によっては医療費が高額となり負担が大きくなるため、同一月内に支払った医療費（食事代、室料等は除く）が次ページ以降の表にある自己負担限度額を超えた場合は、申請によりその超えた額が払い戻される高額療養費制度があります。

また、払い戻しがあるとはいえ一時的な自己負担が大きい場合もあるため、あらかじめ、加入している医療保険の保険者に「限度額適用認定証」を申請し医療機関に提示して窓口での支払いを自己負担限度額までとする制度もあります。

医療費の負担を知っておくことは、治療を続ける上で大切なことです。年齢や加入している医療保険によって利用可能な制度や自己負担が異なりますので、加入している医療保険の窓口や、医療機関の医療ソーシャルワーカーにご相談ください。



memo



◇ 70歳未満の方の場合

1ヶ月の自己負担限度額

2023年9月現在

| 区分 | 自己負担限度額 | 多数該当 | 食事代 (1食) |
|-----------------------------|-------------------------------------|----------|-------------|
| ①区分ア (標準報酬月額83万円以上の方) | 252,600円+ (総医療費-842,000円) ×1% | 140,100円 | 460円 |
| ②区分イ (標準報酬月額53万~79万円の方) | 167,400円+ (総医療費-558,000円) ×1% | 93,000円 | |
| ③区分ウ (標準報酬月額28万~50万円の方) | 80,100円+ (総医療費-267,000円) ×1% | 44,400円 | |
| ④区分エ (標準報酬月額26万円以下の方) | 57,600円 | 44,400円 | |
| ⑤区分オ (被保険者が市区町村民税の非課税者等) | 35,400円 | 24,600円 | 210円 (※) |

- ・月初めから末日までの1ヶ月間の自己負担限度額です。
- ・医療機関別、入院・外来別で計算します。院外薬局での薬代は外来費に含みます。また、医科・歯科も別々に計算します。
- ・同一世帯内で同じ月に21,000円以上の自己負担額が2件以上あるときは、合わせて計算し、自己負担限度額を超えた額の払い戻しを受けることができます。
- ・同一世帯内で1年間(過去12ヶ月)に高額療養費の支給を3回以上受けた場合、4回目以降は自己負担限度額が「多数該当」の金額まで下がります。
- ・(※)区分オに該当する世帯については、その区分オに該当する期間内の入院が年間90日を超えたときは、改めて「限度額適用・標準負担額減額認定証」申請をし証書を医療機関に提示すると翌月から食事代が1食160円になります。(申請該当月で90日を超えている日数については領収書を持参のうえ加入医療保険で還付の手続きをしてください。)

1. 医療費の負担を減らしたい

限度額適用認定証について

申請月から有効となります。また、限度額適用認定証に記載された区分「ア」「イ」「ウ」「エ」「オ」で自己負担限度額を確認しますので、取得されたら必ず医療機関へ提示してください。

また、市町村民税非課税世帯（オ）の場合、食事代の減額を受けることができますので、同時に「標準負担額減額認定証」の交付申請も行いましょう。

◇ 70歳以上の方の場合（後期高齢者医療の方も含む）

1ヶ月の自己負担限度額

2023年9月現在

| | 負担割合 | 区分 | 外来のみ (個人) | 入院+外来 (世帯単位) | 多数該当 | 食事代 (1食) |
|--------|------|--------------------|-------------------------------------|-----------------|----------|--------------|
| 現役並み | 3割 | 課税所得Ⅲ 690万円以上の方 | 252,600円+ (医療費-842,000円) ×1% | | 140,100円 | 460円 |
| | | 課税所得Ⅱ 380万円以上の方 | 167,400円+ (医療費-558,000円) ×1% | | 93,000円 | |
| | | 課税所得Ⅰ 145万円以上の方 | 80,100円+ (医療費-267,000円) ×1% | | 44,400円 | |
| 一般 | 1割 | 課税所得 145万円未満の方 | 18,000円 年間上限 144,000円 (※1) | 57,600円 | 44,400円 | 460円 |
| 住民税非課税 | 2割 | 低所得Ⅱ | 8,000円 | 24,600円 | / | 210円 (※2) |
| | | 低所得Ⅰ | | 15,000円 | | 100円 |

- ・月初めから末日までの1ヶ月間の自己負担限度額です。
- ・上記表のように、一般課税世帯・住民税非課税世帯の方は同じ月内に外来のみだった場合と、入院と外来があった場合とでは自己負担限度額が異なります。

1. 医療費の負担を減らしたい

- ・医療費が限度額を超えた場合、入院と外来ともに自己負担限度額までの窓口負担となりますが、あらかじめ現役並み所得世帯の区分Ⅰ・Ⅱに属する方は「限度額適用認定証」、住民税非課税世帯に属する方の場合は、「限度額適用認定・標準負担額減額認定証」の申請が必要です。（住民税非課税世帯については「標準負担額減額認定証」を申請することで食事代の減額が受けられます。）
- ・現役並み所得世帯の方は「限度額適用認定証」の提示がない場合には、課税所得Ⅲの上限額での請求となるためご注意ください。
- ・「限度額適用認定・標準負担額減額認定証」は70歳未満の方と同様に、申請月から有効となります。
- ・（※1）8/1～翌年7/31までの1年間での合計負担金額の年間上限額です。
- ・（※2）低所得Ⅱの区分の方は、認定期間内の入院が年間90日を超えたときは、改めて「限度額適用・標準負担額減額認定証」申請をすることで、食事代が160円になります。
- ・療養病床では食事代が異なることがあります。

（2）限度額適用認定証の交付が受けられなかったとき

「高額療養費貸付制度」について

医療機関での窓口払いの後、高額療養費の払い戻しを受けるまでに、3ヶ月程度かかります。その間、払い戻される金額の8割～9割を無利子で貸し付けを受けることができる「高額療養費貸付制度」があります。保険者によって条件や申請手続きが異なりますので、加入されている医療保険の窓口へご相談ください。



1. 医療費の負担を減らしたい

(3) 年間で医療費がたくさんかかったとき

「確定申告による医療費等所得税の控除」について

患者さん本人またはご家族が1年間（1月1日～12月31日）に一定以上の医療費を支払った場合、所定の条件のもとに確定申告で所得税の控除が受けられます。医療費やおしめ等の領収書やレシートは必ず保管しておきましょう。

対象となる主なもの

- ・ 医師または歯科医師による診療または治療の費用
- ・ おしめやストマ装具の費用（医師の証明が必要）
- ・ 通院のためのバス、電車などの交通費（ガソリン代や駐車料金は除く）
- ・ あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師による施術の費用
- ・ 医師等の診療を受けるために必要な松葉杖やコルセット・義歯等の費用など

(4) 医療費に加えて介護費の負担が大きいとき

「高額医療・高額介護合算制度」について

同一世帯の医療保険の加入者で、1年間（毎年8月1日～翌年7月31日）にかかった医療費と介護費の自己負担額が基準額を超えた場合は、払い戻しを受けることができます。申請窓口は、基準日（7月31日）現在で加入している医療保険の窓口です。対象となる国民健康保険加入者と後期高齢者医療対象の方については、払い戻しの対象となるときは通知が届きます。

(5) その他の医療費の負担を軽減できる制度

■「無料低額診療」について

経済的理由により医療費を支払うことが困難な方に対し、無料または低額で診療を実施している医療機関があります。制度の適用は、生活が改善するまでの一時的な措置であり、条件がありますので、まずは医療機関へお問い合わせください。

■佐藤きち子記念「造血細胞移植患者支援基金」

血液疾患治療のため、造血細胞移植を受ける患者さんの移植に関わる費用など、入院に伴い直接必要となる費用の一部を助成しています。

【助成の対象】

- ・造血細胞移植を望みながら、経済的理由により実施が困難な患者さんとそのご家族。
- ・日本国内に居住し、日本国内で造血細胞移植を受けようとしていること。
- ・前年の世帯総収入が、当基金の定める額を超えていないこと。

■志村大輔基金(分子標的薬治療支援)

血液疾患治療中で長期にわたって分子標的薬治療を続けている患者さんの治療費、精子保存にかかる採取・保存の費用、採取のための交通費の一部を助成しています。

【助成の対象】

- ・血液疾患により分子標的薬治療中の、経済的に困窮している70歳未満の患者さんとそのご家族。
- ・日本国内に居住し、日本国内で治療中であること。
- ・前年の世帯総収入が、当基金の定める額を超えていないこと。

1. 医療費の負担を減らしたい

なお、精子凍結保存については、県の「小児・AYA世代のがん患者等の妊孕性温存療法研究促進事業」で助成が受けられます。詳しくはP76をご覧ください。

2021年4月以降に採取・保存された方は県へ申請してください。県で助成対象とならなかった費用が対象となります。

■こうのとりのマリン基金

血液疾患により、造血細胞移植や抗がん剤治療を開始する予定の女性に対し、未受精卵子の凍結保存の採取・保存にかかる費用の一部を助成しています。

【助成の対象】

- ・造血細胞移植や抗がん剤治療を開始予定で、未受精卵子保存を希望される、または保存した患者さん。
- ・日本国内に居住し、日本国内で治療中であること。
- ・卵子採取時に35歳以下で、未婚の患者さん。
- ・前年の世帯総収入が、当基金の定める額を超えていないこと。

なお、未受精卵子凍結保存については、県の「小児・AYA世代のがん患者等の妊孕性温存療法研究促進事業」で助成が受けられます。詳しくはP76をご覧ください。

2021年4月以降に採取・保存された方は県へ申請してください。県で助成対象とならなかった費用が対象となります。

【問い合わせ先】

- ・佐藤きち子記念「造血細胞移植患者支援基金」
- ・志村大輔基金(分子標的薬治療支援)
- ・こうのとりのマリン基金

1. 医療費の負担を減らしたい

全国骨髄バンク推進連絡協議会

TEL:03-5823-6360 FAX:03-5823-6365

〒101-0031 東京都千代田区東神田1-3-4 KTビル3階

ホームページ <https://www.marrow.or.jp>



■公益財団法人 HLA研究所「淳彦基金」

造血細胞移植が必要であるが経済的に困難な事情のある方へ、HLA検査費用を援助しています。ただし「HLA研究所」での検査費用に限ります。対象は、ひとり親家庭や生活保護受給者等です。

【問い合わせ・申し込み先】

「淳彦基金を育てる会」 代表 勝木 敬子

TEL:042-522-3015 FAX:042-524-3311

〒190-0022 東京都立川市錦町1-20-15

ホームページ <https://hla.or.jp/med/atsuhiko/>



memo

.....

.....

.....

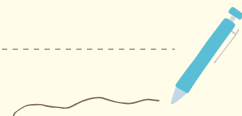
.....

.....

.....

.....

.....



2. 家庭の状況に合う支援を受けたい

(1) 傷病手当金

病気休業中に被保険者（会社に勤めている方）とその家族の生活を保障するために設けられた制度であり、被保険者が病気やケガのために会社を休み、十分な給与が受けられない場合に支給されるという健康保険の手当です。

【対 象】

- ・健康保険・共済組合・船員保険等に加入している方

【条 件】

- ・業務外の事由による病気やケガため療養中である（労災を除く）
- ・病気やケガのために働けない状況である（労務不能）
- ・連続して4日以上仕事を休んでいる（待機完成）
- ・給与（報酬）の支払いがない、もしくは傷病手当金の受給額より少額（差額分支給）

【留意点】

- ・退職前に被保険者期間が継続して1年以上ある場合、退職時に傷病手当金を受給している、もしくは、受給要件を満たしていれば、退職後も継続して受給することができる。
- ・同一の病気がケガに関する傷病手当金の支給期間が、支給開始日から通算して1年6ヶ月に達する日まで対象となる。
- ・支給期間中の途中で就労するなど、傷病手当金が支給されない期間がある場合には、支給開始日から起算して1年6ヶ月を超えても、繰り越して支給可能となる。

【お問い合わせ先】 加入している医療保険の窓口

(2) ひとり親家庭等医療費助成制度

ひとり親世帯等（所得制限あり）の方が安心して治療が受けられるよう、医療費の負担を軽減するため、保険診療に係る自己負担額から一部負担金を控除した額を公費で負担する制度です。1割負担で医療を受けることができ世帯の所得に応じて一部負担限度額が設定されています。

【対 象】

- ・ 18歳未満の児童を養育しているひとり親家庭の親と児童
- ・ 父母のいない18歳未満の児童
- ・ 父母のいない18歳未満の児童を扶養している配偶者のいない者
- ・ 児童が高等学校在学中は、在学証明書等の提出により、最長で20歳の年度末まで対象となる

【条 件】

- ・ 医療保険（健康保険）に加入している
- ・ 所得税が非課税である（所得税課税であっても対象となる場合がある）
- ・ 生活保護を受けていない

【留意点】

- ・ 入院時の食事代・差額室料等は対象にならない。
- ・ あらかじめ受給資格者としての認定を受けることが必要となる。

【お問い合わせ先】 お住まいの市町村の窓口



2. 家庭の状況に合う支援を受けたい

(3) 一部負担金の減免制度

災害や事業の休廃止など特別の事由により生活状態が一時的に困窮し、病院での一部負担金の支払いが困難な場合で、生活保護に準じた一定の収入基準以下であると認められる場合は、申請により一部負担金が減額、免除または徴収猶予される場合があります。

【お問い合わせ先】 お住まいの市町村の窓口

(4) 生活保護

資産や能力等すべてを活用してもなお生活に困窮する方に対し、困窮の程度に応じて必要な保護を行い、健康で文化的な最低限度の生活を保障し、その自立を助長する制度です。

【留意点】

- ・生活保護は世帯単位で行う。
- ・世帯員全員が、その利用し得る資産、能力その他あらゆるものを、その最低限度の生活の維持のために活用することが前提である。
- ・扶養義務者の扶養は、生活保護法による保護に優先する。
- ・支給される保護費は、地域や世帯の状況によって異なります。

【お問い合わせ先】 お住まいの市町村の窓口



(5) 生活福祉資金貸付制度

低所得者、障害者又は高齢者に対し、必要な相談支援と資金の貸付を行うことにより、その経済的自立及び生活意欲の助長促進並びに在宅福祉及び社会参加の促進を図り、安定した生活を送ることができるようになることを目的とした制度です。

【対 象】

- ・ 低所得世帯 ・ 障害者世帯 ・ 高齢者世帯

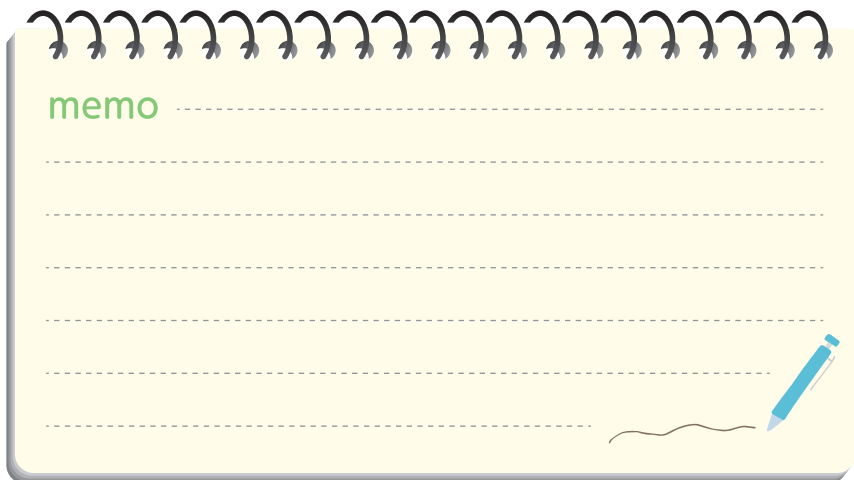
【資金種類】

- ・ 総合支援資金 ・ 福祉資金 ・ 教育支援資金
- ・ 不動産担保型生活資金 など

【留意点】

- ・ 原則、連帯保証人が必要となる。
- ・ 資金の種類ごとに貸付額や返済期間などが決められており、貸付に際して審査がある。

【お問い合わせ先】 お住まいの市町村社会福祉協議会



3. 障害者制度を知りたい

3. 障害者制度を知りたい

(1) 障害年金(障害基礎年金、障害厚生年金、障害共済年金)

年金加入者が病気やケガによって一定の障害を持ち、日常生活や就労が困難になった場合に受け取ることができる年金です。

| | |
|----|-----------------|
| 窓口 | 国民年金 : 役所の国民年金課 |
| | 厚生年金 : 年金事務所 |
| | 共済年金 : 共済組合 |

※病気の為初めて病院を受診した日(初診日)に、どの年金に加入していたかで上記の通り窓口が異なります。

※年金の納付状況の条件が設けられています。

※初診日から1年6ヵ月経過した時に、障害等級の1級から3級(国民年金は1級か2級)に該当している必要があります。(治療によっては申請時期が異なります。身体障害者手帳の等級とは異なります。)

●障害手当金(一時金)

障害の程度が3級より軽い症状で、障害年金の等級には該当しない場合に一時金が支給される場合があります。

(等級表は日本年金機構のホームページで確認できます。)

※詳細は各年金担当窓口にご相談ください。

memo

(2) 身体障害者手帳

身体に障害が残存する方が申請できます。税の免除、ストーマ装具の購入補助、公共交通機関の割引等が受けられます。

※身体障害者程度等級表に該当している方が対象です。（障害年金の等級とは異なります。）

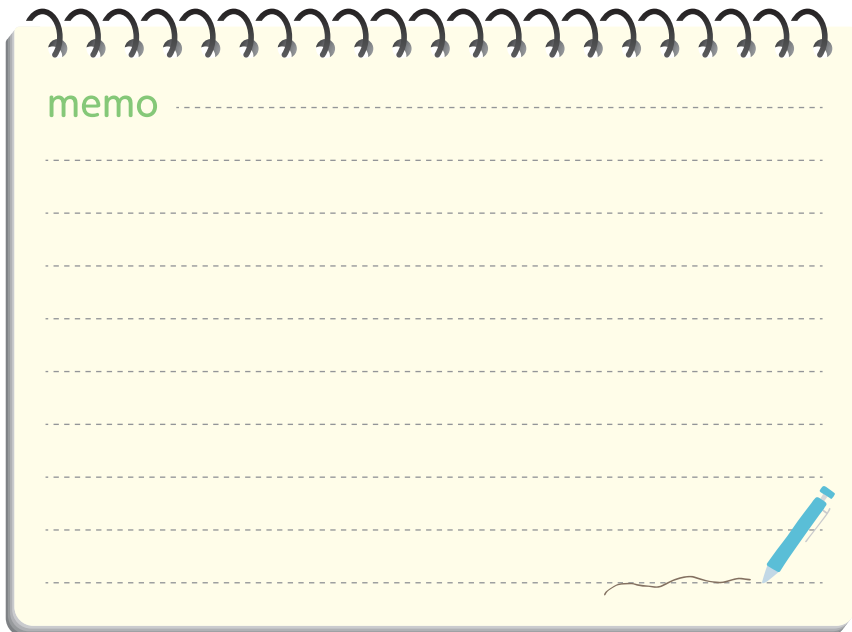
（等級表は厚生労働省ホームページで確認できます。）

※詳細はお住まいの市町村の障害福祉担当にご相談ください。

(3) 特別障害者手当

重度の障害が重複しているために、日常的に介護を必要とする20歳以上の方が対象となります。尚、在宅で暮らしている事や所得による制限等の決まりがあります。

※詳細はお住まいの市町村の障害福祉担当にご相談ください。



3. 障害者制度を知りたい

memo

第3部

お金のじふじふ



第4部

小児・AYA世代の がんについて

第4部では、小児・AYA世代のがんに関する情報を
まとめています。

療養生活に必要な情報や各種制度について掲載し
ています。



1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

(1) 小児・AYA世代のがん

小児がんは、一般的には15歳未満のこどもにみられるがんの総称です。血液がんから固形がんまで幅広く、大分類で12種類、小分類で47種類あるといわれ、成人がんでよくみられる疾患とは異なっています。こどもでよく見られるがんには、白血病、脳腫瘍、神経芽腫、腎芽腫、肝芽腫、網膜芽腫、横紋筋肉腫、骨肉腫、ユーイング肉腫などがあります。罹患人口は非常に少なく、日本での年間新規発症数はおよそ2,500人前後とされ、希少がんとして扱われ、診断・治療が可能な施設も限られています（「集約化」といいます）。小児がんは胎児期以降、どの年齢でも発症する可能性があります。治療方法の進歩によって全体の8割程度が長期生存可能となっています。小児がんサバイバーにおいては晩期合併症にも注意が必要です。小児がんは、急性期の治療だけでなく、その後の長期間にわたるフォローアップも同じように大切であると考えられています。

AYA世代のがんとは、小児がん（0～15歳未満）、成人がん（40歳以上）のどちらにも当てはまらない、15～39歳の世代のがんを指します。この世代を、Adolescent（思春期） and Young Adult（若年成人）の頭文字を取り、AYA世代と呼んでいます。AYA世代のがんの日本での年間新規発症数は2万人程度とされ、小児よりは多いですが、成人がん（年間新規発症数およそ100万人）と比較すると圧倒的に少ないのが特徴です。また、この世代では、小児がんも成人がんもみられます。治療の方法、治療中・治療後の社会的・経済的サポート等、成人がんや小児がんと比べて対応が遅れており、これらの支援体制の整備が急務であると考えられています。

1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

AYA世代のがんサバイバーには、AYA世代のがん患者、成長した小児がんサバイバーの両方が含まれます。小児がんサバイバーにおいても、成人後のサポートは不足しており、こちらも同じように対策が急がれます。

(2) 入院中の教育・復学支援

病気で入院していても、こどもには「学ぶ権利」があります。病院によっては「院内学級」（近隣の小中学校の特別支援学級）が設置されており、入院中でも学校に通うことができます。院内学級がない施設でも、さまざまな教育支援の工夫がされています。いずれの場合も、治療経過や体調に配慮しながら学習を進めます。

院内学級で学ぶためには、原籍校からの転校が必要です。院内学級と原籍校の教諭同士がコミュニケーションを取りながら学習を進めることができます。また、退院するときには、両校の教諭、病院のスタッフや保護者を含めた復学支援会議を行い、スムーズな復学を目指します。

高校生の学習支援についても、近年少しずつ充実しつつあります。まずは病棟のスタッフにお声がけください。病院内の相談窓口、岡山県の相談窓口等に紹介が可能です。



1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

(3) 入院中のきょうだいケアについて

こどもの病気は突然起こります。きょうだいにとってもご家族にとっても、それまでの生活がひっくりかえり、全く違ったものになってしまいます。すべてが病気のこども中心に回り、付き添いで保護者が長期間不在となることもあります。きょうだい児たちは、不安やさみしさ、心配な気持ちを抱えて生活することになります。

保護者の方にも余裕がない中で、きょうだい児のケアまですべて自分たちでしなければならないのはとても大変です。きょうだい児について心配なことがあれば、病院スタッフに相談してください。担当医や保育士が、きょうだい児への説明やケア等、お手伝いできることがあります。また、きょうだい児の保育所・幼稚園・親戚などとの連携についてもアドバイスできることがあるかもしれません。

参考資料・HP

○がん情報サービス 小児がんについて

https://ganjoho.jp/public/life_stage/child/about.html



○成育医療研究センター 小児がんについて

<https://www.ncchd.go.jp/hospital/sickness/children/childrencancers.html>

○成育医療研究センター 小児がん診療施設情報
：中国・四国ブロック

https://www.ncchd.go.jp/center/activity/cancer_center/cancer_hospitallist/chugoku_shikoku.html



○がんの子どもを守る会

<https://www.ccaj-found.or.jp/>

1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

○がん情報サービス AYA世代のがんについて

https://ganjoho.jp/public/life_stage/aya/about.html



○国立がん研究センター中央病院 AYA世代のがんについて

<https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/AYA/index.html>

○岡山県 病気療養児の支援ガイドブック

https://www.pref.okayama.jp/uploaded/life/772496_7164858_misc.pdf



○岡山県 長期療養児教育サポート相談窓口

<https://www.pref.okayama.jp/site/16/562089.html>

○がん情報サービス がんの子どもの家族の方へ

https://ganjoho.jp/public/life_stage/child/family/family_care.html



○中国・四国地域の小児がん患者さんとご家族のためのサポートブック

<https://www.hiroshima-u.ac.jp/hosp/childhoodcancer/supportbook>

(4) 子育て、養育に関する相談

岡山県や県内の各市町村では育児に関する悩みやお子さんの発育や発達に関する不安、家庭内にトラブルあるいは生活基盤に不安のある方を対象に保健師などが相談に対応しています。小児がんなど難病の場合は、医師や看護師と連携して対応を行っているケースもあります。

気がかりなことがあれば、各病院の担当者、岡山県や各市町村の児童福祉担当課、保健所、児童相談所などにご相談ください。

(5) 一時預かり事業、病児・病後児保育事業

緊急あるいは一時的に、家庭での保育ができなくなった場合には、乳児や幼児を保育所などで一時的に預かる事業が行われています。

また、病院に入院するほどではないが、投薬や安静が必要な子供を自宅で保育するのが困難な場合には、医療機関などに併設した保育施設で預かる病児・病後児保育事業も行われています。

(6) がん治療と妊娠・子どもを持つこと(生殖機能・妊孕性温存)

妊娠は、卵巣から排卵した卵子が、射精され膣・子宮・卵管を上昇してきた精子と出会い、受精することで始まります(※1)。子どもを持つためには、男性では精巣の中で作られる精子が、また、女性では、卵巣の中の卵子と子宮が必要です。

がんに対する薬物(抗がん剤)や放射線の治療により、精巣や卵巣がダメージを受け、妊娠する能力(妊孕性)が低下する場合があります。このため、治療の前や途中で、自身の精子や卵子を凍結保存しておく方法があります。患者さんやご家族は、きつとがんの治療のことで頭がいっぱいになっているかと思いますが、将来、子どもを持つことについても考えてみてはと思います。

男性の場合は、射精により精子を取って凍結保存します(※2)。女性の場合は、卵巣を刺激する注射を何日か行い卵子を成熟させ、卵巣に針を刺して卵子を取り出します(※3)。がん治療を始めるまでに時間がない場合は卵巣自体の一部を手術で取り出して凍結保存することもあります。このため男性より時間がかかり、身体的・経済的な負担も増えます。

実際には、年齢や精巣・卵巣の状態、がんの種類や状態によって、精子や卵子・卵巣の凍結保存が可能かどうかは異なります。ま

1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

ずは、主治医や担当の看護スタッフに「将来、子どもを持つこと」について聞いてみましょう。また、実際の方法や費用への助成制度など、生殖医療の専門医や看護スタッフから話を聞くこともできます。

もちろん、子どもを持たない方もいます。また、養子縁組で家族を持っている方もいます。精子や卵子の提供を受けた生殖医療（人工授精や体外受精など）により子どもを持っている方もいます。岡山県不妊専門相談センター（※4）では気軽に無料相談ができます。「がんと生殖医療ネットワークOKAYAMA」（※5）のホームページでも資料をもらえる施設のマップをご覧になれます。

参考資料・HP

○岡山県不妊専門相談センターHP「パンフレット・資料」に以下の関連パフレットが掲載されています。

<http://www.cc.okayama-u.ac.jp/~funin/pamphlet.html>

※1

- ・「いのちのはじまりの旅」



※2

- ・「将来子どもをもつことについて知りたい方とその家族へがん治療の前に知ってきたい精子凍結保存のこと」
- ・「これから治療をうけるあなたへ（男子編）」

※3

- ・「将来子どもを持つことについて知りたい方とその家族へがん治療の前に知っておきたい生殖機能温存・妊孕性温存治療のこと」
- ・「これから治療をうけるあなたへ（女子編）」



○※4 岡山県不妊専門相談センター

<http://www.cc.okayama-u.ac.jp/~funin/>

1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

○※5 がん生殖医療ネットワークOKAYAMA
<http://www.okayama-u.ac.jp/user/ofnet/>



●妊孕性温存療法・生殖後補助医療の費用の助成制度について

県では、将来子どもを産み育てることを望む小児・AYA世代のがん患者の方々が、希望をもってがん治療等に取り組めるように、妊孕性温存療法の費用の一部を助成します。

◇対象者

以下の条件を満たす方が対象です。

- ・精子や卵子等の凍結保存時に43歳未満の方
- ・申請時に岡山県内に住所を有している方
- ・担当医師により、生命予後に与える影響が許容されると認められた方
- ・その他の制度による助成金等の交付を受けていない方
- ・「岡山県小児・AYA世代のがん患者等の妊孕性温存療法研究促進事業」の参加に同意いただける方

| 対象となる治療 | 1回あたりの上限額 |
|-----------------|-----------|
| 胚（受精卵）凍結 | 35万円 |
| 未受精卵子凍結 | 20万円 |
| 卵巣組織凍結 | 40万円 |
| 精子凍結 | 2万5千円 |
| 精巣内精子採取術による精子凍結 | 35万円 |

1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

- ・助成回数は、異なる治療を受けた場合であっても合計2回までです。
- ・凍結保存の維持に係る費用は対象外です。
- ・県の指定医療機関で妊孕性温存療法を受ける必要があります。
- ・凍結した精子や卵子を用いた生殖補助医療（温存後生殖補助医療）についても助成を行っています。

対象者や提出書類等の事業の詳細については、県のホームページをご覧ください。

○岡山県小児・AYA世代のがん患者等の

妊孕性温存療法研究促進事業

<https://www.pref.okayama.jp/page/718388.html>



手記

私は小学2年生の時に急性リンパ性白血病になりました。1年3ヶ月という長い入院生活でしたが、両親や主治医の先生、看護師さんたちのおかげで入院生活を笑顔で前向きに過ごすことが出来ました。母親から病名を告知された時、10万人に1人の病気だと言われた私は「え！10万人に1人なん！すごくない？」と言ったことを今でも覚えています。闘病生活は長く、大変でしたがその経験があったからこそ今の自分があると思っています。病気になっていない自分が想像出来ないくらい、今の自分に満足しています。考え方や経験、全て病気になったおかげ。本当に感謝しています。そして、私を支えてくれた両親や主治医の先生、看護師さんたち…本当にありがとうございました！みんなに支えてもらったからこそ、今の私は誰かを支えられるような職に就きたいと思い、将来は医療従事者を目指して頑張っています。関わる人に笑顔を届けられるように、これからも前向きに頑張っていきます。

1. 小児・AYA世代のがんについて知りたい

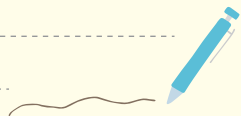
2014年の夏、8歳の息子は急性リンパ性白血病を発症しました。正直、病名を告知されるまで数日間の記憶はありません。

告知時、主治医の先生から「10万人に1人がなる病気です」と言われました。その時、10万人に1人の母親しか経験出来ないことを私はこれから経験するのだと感じました。どうして息子が病気に？考えても私は答えを出すことが出来ませんでした。それなら、息子の今を全力で支える！息子の笑顔を守り続ける！貴重な経験を楽しもう！そう思えたとき、私自身も前を向くことが出来ました。入院生活は1年3ヶ月、もちろん大変なこともありましたが、楽しいことばかりが思い出として残っています。そう思えるのも、主治医の先生や看護師さんが全力で息子に寄り添ってくれたからです。息子を助けていただき、本当にありがとうございました。

息子は今、全力で人生を楽しんでいます。病気を乗り越えたとはいえ、これから晩期合併症や生活習慣病に気を付けながら生活をしなければなりません。息子本人が体調の自己管理が出来るよう、親としてこれからも全力で見守っていきたいと思います。

memo

.....
.....
.....
.....



2. 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

小児がんなど長期間にわたり医療費がかかる疾患に対し、医療費の自己負担分を助成する制度です。

対象：小児慢性特定疾病にかかっており、厚生労働大臣の定める疾病の程度である18歳未満の児童等。（ただし、18歳到達時点において本事業の対象に引き続き治療が必要と認められる場合は、20歳未満の者も対象）

(小児慢性特定疾病情報センターホームページ)



(2) 特別児童扶養手当

一定の障害の状態にある20歳未満の児童を養育する父母等に支給される手当です。所得制限があります。

* 詳細については住所地の市区町村の窓口へご相談ください。

(特別児童扶養手当 厚生労働省ホームページ)



(3) 障害児福祉手当

重度の障害があるため日常生活において常時介護を必要とする状態にある在宅の20歳未満の児童に支給される手当です。所得制限があります。

* 詳細については住所地の市区町村の窓口へご相談ください。

(障害児福祉手当 厚生労働省ホームページ)



「患者必携」地域の療養情報

岡山県 がんサポートガイド

| | | |
|-----|--------|------------|
| 発行日 | 第一版 | 平成26年3月31日 |
| | 第一版改訂版 | 平成27年12月 |
| | 第二版 | 平成31年3月 |
| | 第三版 | 令和6年3月 |

| | |
|----|----------------------------|
| 編著 | 岡山県 |
| | 岡山県がん診療連携協議会 |
| | 岡山県内がん診療連携拠点病院 |
| | (岡山大学病院・岡山済生会総合病院・岡山赤十字病院・ |
| | 国立病院機構岡山医療センター・倉敷中央病院・ |
| | 川崎医科大学附属病院・津山中央病院) |
| | 岡山県内がん診療連携推進病院 |
| | (川崎医科大学総合医療センター・倉敷成人病センター) |
| | 岡山県内患者会 |

| | |
|----|-------------------|
| 編集 | 岡山県がん診療連携協議会 |
| | (岡山大学病院医事課診療支援担当) |

| | |
|-----|--------------|
| 発行者 | 岡山県 |
| | 岡山県がん診療連携協議会 |

| | |
|-------|---------|
| 印刷・製本 | (株) キスコ |
|-------|---------|



本書の無断転用・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、岡山県保健医療部医療推進課までお問合せください。





©岡山県「ももっち誕生」

編著 岡山県・岡山県がん診療連携協議会
発行