

# がん患者さんのための 療養ガイド

第4版



奈良県



## はじめに

「がん患者さんのための療養ガイド 第4版」は、がん患者さんやご家族の皆さんが、療養生活を送る際に役立つ情報をまとめたものです。

がんについての相談窓口や医療費等の支援制度を掲載していますので、ご利用ください。



## ●目 次●

1. がんについて相談したい	
がんの相談窓口 .....	1
2. 納得して治療を受けたい	
がんの治療 .....	4
治療法を選択するために .....	7
医師との面談で聞きたいことを質問するために .....	9
がん治療を受けられる病院 .....	13
がんゲノム医療 .....	15
小児のがん医療 .....	16
妊孕性温存療法 .....	17
セカンドオピニオン .....	19
3. 気持ちのつらさや痛みを和らげたい	
緩和ケア .....	22
緩和ケアを受けるには .....	22
4. がん治療と日常生活の過ごし方	
食事と栄養 .....	26
口腔ケア .....	26
体調管理 .....	27
不安や落ち込み .....	27
アピアランスケア .....	27
5. 支え合う仲間	
がん患者サロンとピア・サポーター .....	28
患者会・がん関連団体 .....	32
患者さん及びご家族向けの図書コーナー .....	35

6. 自宅での療養	
在宅療養サービスを受けたい .....	36
介護サービスを受けたい.....	37
7. 医療費などの負担軽減	
医療費が高額になったので払い戻しを受けたい .....	38
医療と介護の両方の自己負担額の合計が高額になったので、 払い戻しを受けたい .....	38
小児がんの医療費助成を受けたい .....	38
8. 療養中の生活費など経済的なこと	
税金の負担を減らしたい.....	39
療養生活のための資金を借りたい .....	39
仕事を休んでいる間の生活保障を受けたい.....	39
障害が残ったので制度を利用したい .....	40
仕事を辞めたときの制度を利用したい.....	41
9. がん治療と仕事の両立	
がん治療と仕事の両立について相談したい.....	42
がんの治療中だが、再就職（就職）したい.....	43
10. 子どもの療養支援	
長期の療養が必要な子どもの療育について相談したい .....	45
入院中の教育支援を受けたい .....	45
11. がんに関する情報サイト .....	46
12. 関係機関一覧.....	48



# 1. がんについて相談したい

## がんの相談窓口

### ◆がん相談支援センター

がん相談支援センターは、がん診療連携拠点病院等に設置されています。看護師や社会福祉士、臨床心理士などの専門の相談員が、がんの治療や療養生活など、がんに関わる様々な悩みや問題について、情報を探すお手伝いをしています。

相談は無料です。また、その病院で診療を受けていない方でもご利用いただけます。

どんな相談にのってくれるの？



## ◆がん相談支援センターのある病院

	病院名	相談日・時間 (祝日除く)	問合せ先
がん診療連携拠点病院	奈良県立医科大学附属病院 E棟 1階コーヒーショップ サテライト奥	月～金 9:00～17:00 (相談受付は 16:30まで)	橿原市四条町 840 ☎0744-22-3051(代) (内線 1173)
	奈良県総合医療センター 1階患者支援センター奥	月～金 9:00～16:00	奈良市七条西町 2丁目 897-5 ☎0742-46-6001(代)
	天理よろづ相談所病院 本館(南病棟) 2階 外来診療棟 2階	月～金 9:30～16:00	天理市三島町 200 ☎0743-63-5611(代)
	近畿大学奈良病院 2階 11ブロック前	月～金 10:00～16:00	生駒市乙田町 1248-1 ☎0743-77-0880(代)
	市立奈良病院 1階総合受付右	月～金 8:30～17:00	奈良市東紀寺町 1-50-1 ☎0742-24-1251(代)
診療域がん病院	南奈良総合医療センター 1階フロント②窓口	月～金 9:00～16:00	大淀町大字福神 8-1 ☎0747-54-5000(代) (内線 1701)
奈良県地域がん診療連携支援病院	国保中央病院 正面玄関右	月～金 10:00～15:00	田原本町宮古 404-1 ☎0744-32-8800(代)
	済生会中和病院 正面玄関左	月～金 9:00～17:00	桜井市大字阿部 323 ☎0744-43-5001(代)
	大和高田市立病院 1階総合案内	月～金 8:30～17:00	大和高田市磯野北町 1-1 ☎0745-53-2901(代)

★電話での相談と、窓口での対面相談を行っています。

★相談については、予約が必要な場合もありますので、事前に問い合わせください。

## ◆専門医によるがん相談

公益財団法人日本対がん協会では、医師による「がん無料電話相談」を実施しています。相談時間は一人につき20分です。

相談は無料ですが、電話代のご負担は必要です。

「がん無料電話相談」は事前に予約が必要ですので、下記予約受付にお問い合わせください。

### ▶日本対がん協会

電話相談 予約受付

☎03-3541-7835

(月～金 10:00～16:00 祝日を除く)

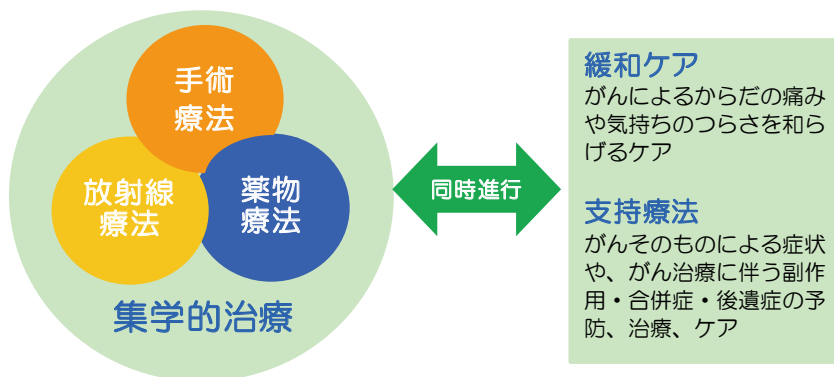


## 2. 納得して治療を受けたい

### がんの治療

がんの治療法は、技術の進歩や医学研究の成果とともに変化します。現時点で得られている科学的な根拠に基づいた治療のことを「標準治療」といいます。標準治療は、主に手術療法、薬物療法、放射線療法などがありますが、これらが単独で行われるだけでなく、がんの種類や進行度に応じて、様々な治療法を組み合わせた治療が行われる場合があります。これを集学的治療といいます。治療法の組み合わせによって、予想される副作用や治療期間も異なるため、主治医によく確認しておきましょう。

また、がんの治療に伴うからだの痛みや気持ちのつらさを和らげる「緩和ケア」も、がんと診断された時期から療養中いつでも他の治療と平行して受けることができます。症状に応じて、緩和ケアを受けるかどうか主治医と相談しましょう。



## 手術療法

手術によりがんの治療を行うことです。がんを周囲の組織やリンパ節を含めて切除することが最も一般的です。血液のがん（白血病やリンパ腫など）をのぞいて手術療法はがんの治療法の中心とされており、第一に選択する治療法です。しかし、すべてのがんに対して手術を行うわけではなく、その病期（ステージ）に応じて治療法を選択します。

手術療法のメリットは、完全に切除できれば体内からがんを消すことができますので、最も直接的かつ根治の可能性が高いことです。一方で、手術療法のデメリットは、体にメスを入れるため傷や体力の回復にある程度の時間がかかることや、切除する部位によっては、臓器や体の機能が失われることがある点です。

このようなデメリットを軽減するために、最近は小さな早期がんを内視鏡（胃カメラなど）を用いて切除したり、鏡視下手術（胸腔鏡や腹腔鏡）というカメラを使った手術が行われ、患者さんの体への負担を軽くしながらかつ、がんを治す取り組みが進んでいます。

（出典：公益財団法人がん研究会 有明病院 がんに関する情報）

## 薬物療法

がんを治したり、あるいは、がんの進行を抑えたり、症状をやわらげたりする治療です。薬物療法には、「化学療法」「内分泌療法（ホルモン療法）」「分子標的療法」などの種類があります。

薬物療法の薬はがん細胞を攻撃します。薬物療法で使われる薬の種類には、「細胞障害性抗がん薬」「内分泌療法薬（ホルモン療法薬）」「分子標的薬」などがあります。薬の種類によって、がん細胞への攻撃の仕方が異なります。

薬により効果や副作用は異なります。使用する薬については、医師や薬剤師などから説明を受けてください。また、副作用は個人差があり、すでにかかっている病気によっても異なります。治療中や治療後にいつもと違う症状を感じたら、医師や薬剤師、看護師へ相談してください。

（出典：国立がん研究センターがん情報サービス）

## 放射線療法

手術と同様、局所に対する治療ですが、手術のように臓器を取り除いたりすることなくがんの部分に放射線をあてる治療です。治療の目的は、完治を目指す場合と苦痛を緩和する場合の2つに分かれます。単独で行われることもありますが、手術や薬物療法と併用されることもあります。

放射線治療では、腫瘍を標的とし、治療に必要な最低限の周りの正常組織を含めて放射線をあてます。放射線治療の実施にあたっては、副作用が発生しないよう、あるいは極力小さくなるように最新の注意が払われています。

(出典：国立がん研究センターがん情報サービス)



## 治療法を選択するために

### まず、がんの状態を知ることから

がんの大きさや性質、広がりを把握するために様々な検査が行われたあと、主治医から検査結果や診断について説明がありますが、その際、診断名と病期（ステージ）などについてはよく理解するようにしましょう。「主治医に質問する」、「主治医に検査結果などの記録物をもらう」、「自身でメモする」など工夫してみましょう。がんの状態を知ることが治療法を決める上で大切です。

### それぞれの治療法のよい面と悪い面の確認を

治療法を決めるに当たっては、あなたがその治療を受けた場合に、「どのような効果が期待できるのか」「どのような副作用や後遺症が、どのくらいの可能性で起こるのか」「再発の可能性は、どの程度なのか」などを主治医に確認します。

複数の選択肢がある場合には、それぞれの治療法について、自分にとってよい面と悪い面を書き出してみると、問題点を整理できるでしょう。

例えば、手術をすることで、体の機能や器官を部分的に損なう可能性がある場合には、手術ではなく薬物療法や放射線治療を受けたいと思うことがあるかもしれません。

治療後の療養生活、定期的な通院や治療の予定まで視野に入れた上で、主治医をはじめとする医療関係者から情報を集め、納得した上であなたにとって最適な治療法を選ぶようにしましょう。自分一人で決めるのではなく、ご家族とよく相談するとよいでしょう。

## 主治医と相談しながら治療法を選択する

主治医は、あなたの病気の進行度や状態に合わせて、最適と考えられる治療法や他の治療法を選択肢として提示し、説明します。説明を理解し、納得した上で、どの治療法を選ぶかを決めるのはあなたと家族です。わからないことがあれば理解できるまで主治医に質問したり、自分で調べることが大切です。

治療方針について別の医師の意見を聞きたいときには、セカンドオピニオン（P20参照）を参考にすることができます。

中には、告知を受けた衝撃からまだ立ち直れないうちに治療法を選ぶように言われて混乱したり、どの治療法も怖く感じたりすることがあるかもしれません。そんなときは、ご家族や主治医、看護師、がん相談支援センター相談員などに、自分の気持ちを話してみるとよいでしょう。

## 先進医療について

がんの治療では、重粒子線治療、陽子線治療など「先進医療」といわれるものがあります。先進医療は、厚生労働大臣が認めた施設基準に適合する医療機関で実施される先端技術を用いた医療のうち、厚生労働大臣の承認を受けたものです。

先進医療に係る費用は、医療の種類や病院により異なりますが、通常の治療と共通する費用（診察、検査、投薬、入院料等）以外は、全額自己負担となります。

先進医療を希望する場合は、まず主治医に相談しましょう。

## 医師との面談で聞きたいことを質問するために

患者さんやご家族が十分に情報を収集し、十分に理解し、納得した上で治療方針を選択できることはとても大切です。

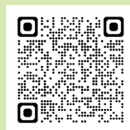
しかし、患者さんやご家族からは、医師との面談の際に「何を質問して良いかわからない」などの声が多く聞かれます。

国立がん研究センター東病院 臨床開発センター 精神腫瘍学開発部が発行した「重要な面接にのぞまれる患者さんにご家族へ—聞きたいことをきちんと聞くために—」から抜粋して、医師との面談の際に役立つ質問例を挙げましたので、情報収集の際にお役立てください。

### ▶ 「重要な面接にのぞまれる患者さんにご家族へ

#### —聞きたいことをきちんと聞くために—

(国立がん研究センター 東病院  
精神腫瘍学開発部 発行)



医師との面談の前に、あなたが聞きたい質問の数字に○をつけてください。また、他に質問したいことがあれば「他に尋ねたいこと」の欄に書き込んでください。

#### \* 診断について

- 1 診断名は何ですか？
- 2 病期（病気の進み具合）は？

#### \* 病状について

- 3 私はどこが悪いのですか？ / どのくらい深刻ですか？
- 4 がんはどこにあるのですか？
- 5 それはどの検査でわかったのですか？

#### \* 症状について

- 6 今後どんな症状が起こりえますか？
- 7 今後起こりえる症状に対する治療にはどんなものがありますか？

#### \* 検査について

- 8 もっと検査する必要はありますか？
- 9 もしそうならその検査は痛いのですか？
- 10 それで何がわかるのですか？

\* 治療について

【治療を選ぶ時の質問】

- 11 がんに対するどんな治療法がありますか？
- 12 抗がん剤以外ではどんな治療法がありますか？
- 13 各治療を選んだときの最善の見込み、最悪の見込み、最も起こりうる見込み（生存期間や生活の質）は？
- 14 各治療を選んだときの起こりうる合併症、短期的・長期的な副作用、後遺症は？
- 15 先生が勧める治療はどれですか？
- 16 ほかの患者さんはこういう場合どんな治療を選択していますか？

【選んだ治療についての質問】

- 17 その治療はどのように行うのですか（治療の種類、回数、頻度、期間、スケジュール、実施場所、費用）？
- 18 その治療の目的は何ですか？
- 19 その治療中に、身体的に制約されることはなんでしょう？
- 20 その治療の副作用にはどんなものがありますか？
- 21 痛みは出てきますか？
- 22 副作用に対する治療や対処法にはどんなものがありますか？
- 23 その治療が効いているかどうかわかるまでにどれくらいかかりますか？
- 24 その治療が効いているかはどのように判断するのですか？
- 25 その治療が効かなくなったらどんな選択肢がありますか？
- 26 その治療にはどのくらい費用がかかりますか？
- 27 その治療が効く確率は何人中何人ですか？

【その他、治療に関する質問】

- 28 地元の病院で治療を受けられますか？
- 29 代替療法（サプリメントや健康食品）を使用していたとしたら、続けても良いですか？
- 30 ここで治療をうけながら他の民間療法も受けても良いですか？

\* 生活について

- 31 仕事や他の活動への影響はありますか？
- 32 その治療前(中)に私がすべきことはありますか？
- 33 その治療中にはいけないことはありますか(食事、運動、家事、性生活、出産など)？
- 34 その治療中に\_\_\_\_\_（私がやりたいこと）をすることができますか？
- 35 その治療中に\_\_\_\_\_（私が食べたり飲んだりしたいもの）を飲食できますか？
- 36 その治療中に\_\_\_\_\_（私が行きたいところ）に行けますか？
- 37 その治療前に準備しておくことはありますか？

38 どのような症状に気をつけて生活すれば良いですか？

39 そのような症状がでたらどうすれば良いですか(受診する、近所の病院に行く、様子を見る)？

\*家族のこと

40 がんや治療によって、家族へどんな影響(経済面、家事を手伝ってもらう必要性など)がありますか？

41 家族ががんになるリスクは高くなりますか？

42 家族の心配事や悩みは誰に相談すればよいですか？

\*こころのこと

43 私の病気についての心配事や悩みを相談しても良いですか？

44 不安で夜眠れない時や、ひどく気分が落ち込む時の対処法はありますか？

45 この病気と上手くやっていくための何かアドバイスはありますか？

46 こころの相談は誰にすればよいですか？

\*この先のこと

47 先々の見通しは?(どれくらい生きられますか?)

それを知りたい理由は\_\_\_\_\_だからです。

48 治る可能性はありますか？

49 結果としてどうなりますか？ 私はよくなりますか？

\*その他

50 何が原因でこの病気になったのでしょうか？

51 これを決めるのにどのくらいの時間がありますか?今日決めなくてはなりませんか?今決めなくてはならないことはなんでしょうか(もう少し決断を先にのばしても良いことはなんでしょうか)

52 前回の診察から今回までに\_\_\_\_\_な状況の変化(生活面、身体面、心理面)がありました。

53 私がどうしても優先したい(続けたい)もの(こと)は\_\_\_\_\_です。

\*他に尋ねたいこと

①

②

③

④

⑤



## がんについて詳しく知りたいときは

### ▶がんの冊子 各種がんシリーズ

(国立がん研究センターがん対策研究所 がん情報提供部 発行)

がんの診断や治療、療養について、知っておいてほしい情報が掲載されています。がん相談支援センターで入手・閲覧ができます。数に限りがありますので、事前にお問い合わせください。



### ▶患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版

(国立がん研究センターがん情報サービス)

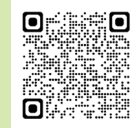
診断されて間もない時期の方、治療や療養中の方、ご家族などあらゆる方々に活用してほしい情報がまとめられています。



### ▶患者必携 わたしの療養手帳

(国立がん研究センターがん情報サービス)

自分の体や気持ちと向き合うための手帳です。

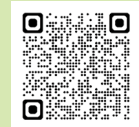
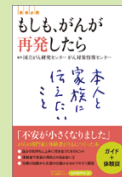


### ▶もしも、がんが再発したら

【患者必携】本人と家族に伝えたいこと

(国立がん研究センターがん情報サービス)

がんの再発に対する不安や、再発に直面したときの支えとなる情報をまとめた冊子です。



### ▶がん医療と妊娠の相談窓口

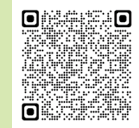
(国立がん研究センター中央病院 相談支援センター)

[相談電話番号・問合せ先]

国立がん研究センター中央病院 03-3547-5293

[相談受付時間] 9時～16時

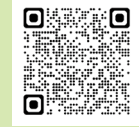
土曜日、日曜日、祝日を除く



### ▶希少がんに関する情報

(国立がん研究センター中央病院)

希少がんの開設や診断と治療等の情報が掲載されています。



## がん治療を受けられる病院

### がん診療の拠点となる病院

全国どこでも質の高いがん医療が等しく受けられるよう、国は、がん医療について診療機能など一定の要件を満たす医療機関を「がん診療連携拠点病院」（以下「拠点病院」という。）として指定しています。

拠点病院には、各都道府県で、がん診療体制の中核的役割を担う「都道府県がん診療連携拠点病院」と、県内の各地域（2次医療圏）の中核的役割を担う「地域がん診療連携拠点病院」があります。

#### ◆「がん診療連携拠点病院」とは・・・

国が指定する、専門的ながん治療や相談支援などを行う病院です。

- 専門医を配置し、我が国に多いがん（大腸がん、肺がん、胃がん、乳がん、前立腺がん及び肝・胆・膵）を中心に、手術療法・薬物療法・放射線療法を組み合わせた集学的治療を提供しています。
- 医師をはじめとした多くの職種が連携して患者に関わる「チーム医療」を実施しています。
- 緩和ケア外来を設置し、からだだけでなく、心の「痛み」に対する診療体制を整備しています。
- また、都道府県がん診療連携拠点病院は、上記の役割に加え、以下の役割等があります。
  - ・地域拠点病院への診療支援、情報提供
  - ・がん医療専門の医師及び医療従事者の育成
  - ・緩和ケアセンターの設置

その他にも、拠点病院と連携して質の高いがん医療を提供するために、「地域がん診療病院」や「奈良県地域がん診療連携支援病院」が指定されています。

### ◆都道府県がん診療連携拠点病院

病院名	所在地	電話番号
奈良県立医科大学附属病院	橿原市四条町 840	☎0744-22-3051(代)

### ◆地域がん診療連携拠点病院

病院名	所在地	電話番号
奈良県総合医療センター	奈良市七条西町 2 丁目 897-5	☎0742-46-6001(代)
天理よろづ相談所病院	天理市三島町 200	☎0743-63-5611(代)
近畿大学奈良病院	生駒市乙田町 1248-1	☎0743-77-0880(代)
市立奈良病院	奈良市東紀寺町 1-50-1	☎0742-24-1251(代)

### ◆地域がん診療病院

拠点病院がない地域（2次医療圏）に、隣接する拠点病院と連携\*しつつ専門的ながん治療や相談支援等の役割を担う病院として国が指定しています。

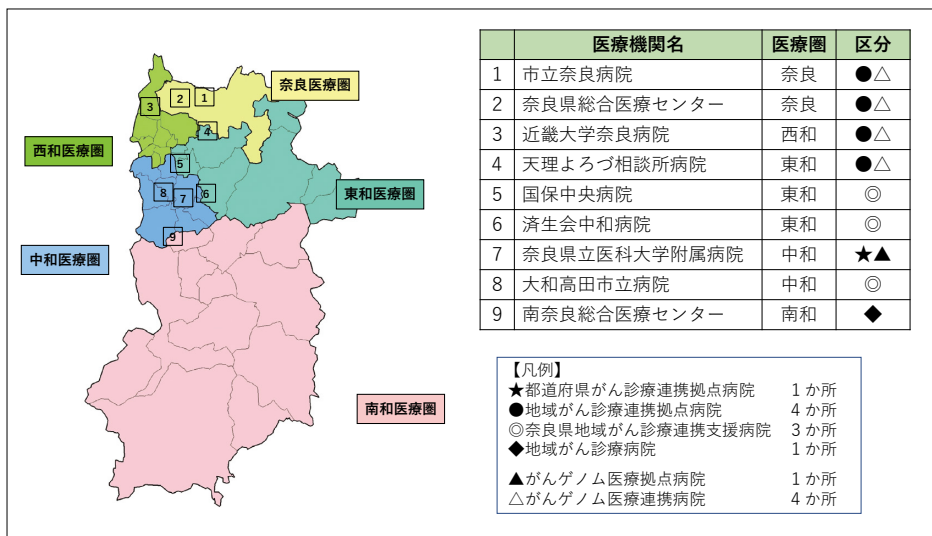
病院名	所在地	電話番号
南奈良総合医療センター	大淀町大字福神 8-1	☎0747-54-5000(代)

\*連携（グループ指定）している病院＝奈良県立医科大学附属病院

### ◆奈良県地域がん診療連携支援病院

拠点病院等と連携を図りながら、専門的ながん治療や相談支援等の役割を担う病院として県が指定しています。

病院名	所在地	電話番号
国保中央病院	田原本町大字宮古 404 - 1	☎0744-32-8800(代)
済生会中和病院	桜井市大字阿部 323	☎0744-43-5001(代)
大和高田市立病院	大和高田市磯野北町 1-1	☎0745-53-2901(代)



## がんゲノム医療

がんゲノム医療とは、主にがんの組織を用いて、多数の遺伝子を同時に調べ、遺伝子を明らかにすることにより、一人一人の体質や病状に合わせて治療などを行う医療です。一部が保険診療として、標準治療がないまたは終了したなどの条件を満たす場合に行われています。

医療を必要とするがん患者が全国どこにいても、がんゲノム医療を受けられる体制を構築するため、厚生労働省は、がんゲノム医療中核拠点病院及びがんゲノム医療拠点病院を全国に指定しています。

県では、令和5(2023)年4月から奈良県立医科大学附属病院が県内では初めてになる「がんゲノム医療拠点病院」として厚生労働省の指定を受けています。

また、がんゲノム医療中核拠点病院及びがんゲノム医療拠点病院と連携してがんゲノム診療を行う病院として、奈良県総合医療センター、市立奈良病院、天理よろづ相談所病院、近畿大学奈良病院の4病院が「がんゲノム医療連携病院」の指定を受けています。

## 小児のがん医療

小児がん患者と家族が安心して医療や支援を受けることができる環境を整備するため、厚生労働省は、全国に「小児がん拠点病院」を15病院指定しています。そのうち、近畿地方には4病院（京都府立医科大学附属病院、京都大学医学部附属病院、大阪市立総合医療センター、兵庫県立こども病院）指定されています。

また、地域の質の高い小児がん医療及び支援を提供し、一定程度の医療資源の集約化を図るため、小児がん連携病院が指定されています。県内で2病院（奈良県立医科大学附属病院、天理よろづ相談所病院）が指定されています。

必要に応じて、県外であっても最適な小児がん拠点病院を紹介するといった協力体制が必要となることから、近畿では、小児がん拠点病院、小児がん連携病院等が連携して、「近畿ブロック小児がん医療提供体制協議会」を設け、専門的な情報交換や、患者の紹介を円滑に行うための取組を進めています。

県内からは、「小児がん連携病院」として指定を受けている、2病院（奈良県立医科大学附属病院、天理よろづ相談所病院）が参加しています。

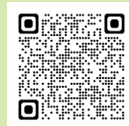
### ▶小児がんの冊子 小児がんシリーズ（12種）

（国立がん研究センターがん対策研究所がん情報提供部発行）

がんが疑われる、またはがんと診断を受けたお子さまのご両親やご家族などへ向けた冊子で、病気や治療について、知っておきたい情報をまとめています。

がん相談支援センターで入手・閲覧ができます。

数に限りがありますので、事前にお問い合わせください。



## 妊孕性温存療法

妊孕性とは、妊娠するために必要な能力のことをいいます。妊孕性は女性にも男性にも関わることです。がん等の治療では、手術や抗がん剤、放射線治療などによる影響で生殖機能が低下する、又は失われることがあります。妊孕性温存療法とは、将来自分の子どもを授かる可能性を残すために、がん治療の前に胚（受精卵）、未受精卵子、卵巢組織、精子を採取し、長期的に凍結し、保存するものです。

奈良県では、妊孕性温存療法にかかる治療費の助成をしています。また、妊孕性温存療法により凍結保存した卵子や精子等を用いてがん治療を行う温存後生殖補助医療にかかる治療費の助成をしています。

### ○妊孕性温存療法に対する助成〔表1〕

対象となる妊孕性温存療法実施日に43歳未満の方が対象です。

対象となる治療	1回あたりの助成上限額
(1) 胚（受精卵）凍結に係る治療	35万円
(2) 未受精卵子凍結に係る治療	20万円
(3) 卵巢組織凍結に係る治療（組織の再移植を含む）	40万円
(4) 精子凍結に係る治療	2万5千円
(5) 精巣内精子採取術による精子凍結に係る治療	35万円

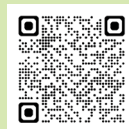
### ○温存後生殖補助医療に対する助成〔表2〕

治療期間の初日において、妻の年齢が43歳未満の方が対象です。

対象となる治療	1回あたりの助成上限額
表1の(1)で凍結した胚（受精卵）を用いた生殖補助医療	10万円
表1の(2)で凍結した未受精卵子を用いた生殖補助医療	25万円 *1
表1の(3)で凍結した卵巢組織再移植後の生殖補助医療	30万円 *1～*4
表1の(4)又は(5)で凍結した精子を用いた生殖補助医療	30万円 *1～*4

- \*1 以前に凍結した胚を解凍した胚移植を実施する場合は 10 万円
- \*2 人工授精を実施する場合は 1 万円
- \*3 採卵した卵が得られない、又は状態の良い卵が得られないため中止した場合は 10 万円
- \*4 卵胞が発育しない、又は排卵終了のため中止した場合及び排卵準備中、体調不良等により中止した場合は対象外

▶奈良県小児・AYA 世代のがん患者等の  
妊孕性温存療法研究促進事業



奈良県福祉医療部医療政策局  
疾病対策課がん対策係 ☎0742-27-8928

## セカンドオピニオン

「セカンドオピニオン」とは、診断や治療方法に関して、現在診療を受けている主治医とは別に、他の医療機関の医師に意見を聞くことです。

主治医に相談しにくいと思われるかもしれませんが、セカンドオピニオンを受けることで、主治医の意見を別の角度からも検討することができ、もし同じ診断や治療方針が説明された場合でも、病気に対する理解が深まることもあります。また、別の治療法が提案された場合には、選択の幅が広がることで、より納得して治療に臨むことができます。

セカンドオピニオンを受けたい場合は、まずは、現在の主治医に、セカンドオピニオンを受けたいと考えていることを伝え、紹介状や検査結果など、準備してもらう必要があります。また、セカンドオピニオンを受けたら、主治医に必ず報告して、これからの治療法について再度相談しましょう。

なお、セカンドオピニオンには医療保険は適用されませんので、全額自己負担となります。

### セカンドオピニオンを受けるときの流れと 心がけておきたいこと

- ①主治医の診断と治療方針を聞きましょう。
- ↓
- ②セカンドオピニオンを受けたいという希望を主治医に伝えて、紹介状などをうけとりましょう。
- ↓
- ③希望先の医療機関のセカンドオピニオン外来に申し込みをしましょう
- ↓
- ④あらかじめまとめておいた、聞きたいことや自分の希望を伝えましょう
- ↓
- ⑤セカンドオピニオンを受けたら、主治医に必ず報告して、今後のことを相談しましょう。



## ◆セカンドオピニオン外来

病院名/問合せ先	予約受付時間 (祝日除く)	相談時間・料金(消費税込み) 1人(1事例)1回あたり	
奈良県立医科大学附属病院 セカンドオピニオン外来 ☎0744-29-8880(直通)	月～金 14:00～17:00	40分以内	26,400円
奈良県総合医療センター セカンドオピニオン外来 ☎0742-46-6001(代)	月～金 14:00～17:00	60分まで 60分以降30分ごと	22,000円 11,000円
天理よろづ相談所病院 患者総合支援センター ☎0743-63-5611(代)	月～金 9:00～16:00	60分まで (延長不可)	26,400円
近畿大学奈良病院 患者支援センター ☎0743-77-0880(代)	月～金 9:00～16:00 土 9:00～12:00	60分以内	22,000円
市立奈良病院 地域医療連携課 ☎0742-24-1258(直通)	月～金 8:30～17:00	40分以内	8,800円
南奈良総合医療センター 地域医療連携室 ☎0747-54-5000(代) (内線 1702)	月～金 8:30～16:00	60分以内	22,000円
国保中央病院 地域支援センター ☎0744-32-8800(代) (内線 2101)	月～金 9:00～17:00	40分以内	8,800円
済生会中和病院 地域連携室 ☎0744-43-5001(代) (内線 378)	月～金 9:00～17:00	40分以内	8,800円
大和高田市立病院 セカンドオピニオン外来 ☎0745-53-7188(直通)	月～金 8:30～17:15	30分以内	11,000円

★特定の診療科のみ実施されている病院があります。

★申込書等の書類が必要な病院がありますので、事前に必ずお問い合わせください。

★料金が変わりとなる場合があります。

## ◆ 診療を行っているがんの種類とセカンドオピニオンの対応

	奈良県立 医科大学 附属病院	奈良県 総合医療 センター	天理よろ づ相談所 病院	近畿大学 奈良病院	市立奈良 病院	南奈良 総合医療 センター	国保中央 病院	済生会 中和病院	大和高田 市立病院
肺がん	◎	◎	◎	◎	◎	○	△	◎	△
胃がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
大腸がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
肝がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	◎
乳がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎
脳腫瘍	◎	◎	○	◎	◎	△		◎	
脊髄腫瘍	◎	◎	○	◎	◎	△		◎	
眼・眼窩腫瘍	○			◎		△			
口腔がん・咽頭がん・鼻のがん	◎	◎	○	◎	◎	△		○	
喉頭がん	◎	◎	○	◎	◎	△		○	
甲状腺がん	◎	◎	○	◎	◎	△		◎	
縦隔腫瘍	◎	◎	◎	◎	◎	△		◎	
中皮腫	◎	◎	◎	◎	◎	△		◎	
食道がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
小腸がん	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	◎	◎
G I S T	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
胆道がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
膵がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
腎がん	◎	◎		◎	◎	◎	○	○	◎
尿路がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
膀胱がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
副腎腫瘍	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	◎
前立腺がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	◎	◎
精巣がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	◎
その他の男性生殖器官がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎	○	○	◎
子宮がん	◎	◎	○	◎	◎	△		○	◎
卵巣がん	◎	◎	○	◎	◎	△		○	◎
その他の女性生殖器官がん	◎	◎	○	◎	◎	△		○	◎
皮膚腫瘍	◎	◎	○	◎	◎	△		○	○
悪性骨軟部腫瘍	◎		○	◎		△		○	
血液腫瘍	◎	◎	◎	◎	◎	△		◎	△
後腹膜・腹膜腫瘍	◎	◎		◎	◎	◎		○	○
性腺外胚細胞腫瘍	◎	◎	◎	○	◎	△		○	
原発不明がん	◎	◎	◎	◎	◎	◎		○	○
小児脳腫瘍	◎		○	△		△			
小児の眼・眼窩腫瘍	○			△		△			
小児悪性骨軟部腫瘍	◎	※		△		△			
その他の小児固形腫瘍	◎	◎		△		△			
小児血液腫瘍	◎			△		△			

◎：専門として診療しているがん。セカンドオピニオンにも対応。

○：専門として診療しているがん。セカンドオピニオンは対応不可。

△：診療は拠点病院と連携して実施。セカンドオピニオンは対応不可。

※：小児悪性骨軟部腫瘍は◎で対応しているが、小児骨軟部腫瘍は対応不可。

### 3. 気持ちのつらさや痛みを和らげたい

#### 緩和ケア

「緩和ケア」は、病気に伴う心と体の痛みを和らげることであり、がんが早期であるか進行しているかに関わらず、患者さんとご家族の持つ全ての苦痛を取り除いて、その人がその人らしく生きていけるように支えるケアのことを言います。

苦痛の中には、痛みだけでなく、体の様々な症状、気持ちのつらさや悩みなどが含まれます。例えば、がんと診断されたときに誰もがつらい気持ちになるはずですが、そのつらい気持ちを支えていくことも緩和ケアです。また、がんになって経済的、社会的な心配が出てくることもあります。その悩みを解決することを手助けすることも緩和ケアになります。

#### 緩和ケアを受けるには

緩和ケアは、診断された時から、入院・外来、在宅療養などの場を問わず、いずれの状況でも受けることができるようになってきています。

緩和ケアを受ける方法として、以下のものがあります。緩和ケアについて話を聞きたい、緩和ケアを受けたいときには、主治医や病棟の看護師、がん相談支援センターの相談員などに相談してみましょう。

#### [緩和ケアチーム]

拠点病院等（P14参照）には、身体症状や精神症状を担当する医師、緩和ケアに専門的に対応する看護師、薬剤師、臨床心理士、社会福祉士などの専門家から構成された「緩和ケアチーム」があります。がん治療と並行して受ける緩和ケアは、主に「緩和ケアチーム」が担当します。緩和ケアチームは、主治医や看護師などと協力して緩和ケアを提供します。

### **[緩和ケア病棟]**

「緩和ケア病棟」とは、専門的な知識と技術に基づいた緩和ケアを提供する所です。体のつらい症状や、気持ちのつらさ、苦しみを和らげることを重要な治療として位置づけています。

がんの進行に伴う体のつらい症状や精神的な苦痛があり、がんを治すことを目標にした治療（手術療法、薬物療法、放射線療法など）が困難となった方や、これらのがん治療を希望しない方を主な対象としています。

### **[緩和ケア外来]**

通院中の患者さんに外来で緩和ケアを提供します。がん治療が一段落しても、痛みやだるさが残ったり、症状の変化や生活について不安が生じることがありますが、緩和ケア外来を受診することで、こうした苦痛を軽減することができます。

### **[在宅緩和ケア]**

県内には、在宅での緩和ケアについて専門的な知識と技術を持った医師がいます。また、24時間対応している診療所や訪問看護ステーションがありますので、在宅でも十分な緩和ケアを受けることができます。

自宅での療養について詳しくはP36.37をご覧ください。

## ◆緩和ケア病棟のある病院

病院名	問合せ先	備考
国保中央病院	緩和ケア電話相談窓口(地域支援センター内) 田原本町宮古 404-1 ☎0744-32-8800(代)(内線 2101)	
天理よろづ相談所病院	入棟には「入院相談外来」の受診が必要 ・当院受診中の方は主治医より予約 ・他院受診中の方は主治医から地域医療連携を通じて予約 ☎0743-63-5611(代)	完全予約制

## ◆緩和ケア外来

病院名/問い合わせ先	予約受付時間（祝日除く）	備考
奈良県立医科大学附属病院 緩和ケアセンター ☎0744-22-3051(代) (内線 1140)	院内からは各主診療科の主治医が予約 院外からは現在の担当医から地域医療連携室 (直通：0744-29-8022/月～金 8:30～17:15) にご連絡ください。	完全予約制
奈良県総合医療センター 緩和ケア外来（水・木） ☎0742-46-6001(代)	院内からは各主診療科の主治医が予約 院外からは現在の担当医から地域医療連携室 にご連絡ください。	完全予約制
天理よろづ相談所病院 緩和ケア外来 ☎0743-63-5611(代)	院内からは主診療科の主治医が予約 院外からは主治医から地域医療連携(月～金 8:30 ～16:00)にご連絡ください。	完全予約制
近畿大学奈良病院 患者支援センター ☎0743-77-0880(代)	月～金 9:00～16:00 土 9:00～12:00 ※当院の担当外来を受診し、必要と診断された方 のみご利用いただけます。	完全予約制
市立奈良病院 がん相談支援センター ☎0742-24-1251(代)	予約ご希望の方は、主治医またはがん相談 支援センターにご相談ください。	完全予約制
南奈良総合医療センター 地域医療連携室 ☎0747-54-5000(代) (内線 1701)	予約ご希望の方は、主治医またはがん相談 支援センターにご相談ください。	完全予約制

国保中央病院 地域支援センター ☎0744-32-8800(代) (内線 2101)	月～金 9:00～15:00	完全予約制
済生会中和病院 緩和ケア外来 ☎0744-43-5001(代) (内線 377)	当院受診中の方に限ります。 予約ご希望の方は、主診療科の主治医にご相談ください。	完全予約制
大和高田市立病院 地域医療連携センター ☎0745-53-7188(直通)	火(第1、4) 10:00～12:00 火(第2) 10:00～12:00、14:00～16:00	完全予約制

## 4. がん治療と日常生活の過ごし方

### 食事と栄養

#### 食事のポイント

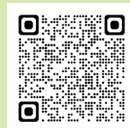


- 治療を受けるにも体力維持は重要です。そのために食事をとることは大切なことです。
- あまり神経質にならずに、バランスの良い食事をゆっくりと食べるようにしましょう。
- 体の調子に合わせて、時には、好きなものを少しでも食べるようにすることが大切です。
- がんが治る食事や食品はありません。誤った情報に惑わされないようにしましょう。

#### ▶「がん治療前の食事のヒント」(改訂版)

(公益財団法人がん研究振興財団 発行)

がん相談支援センターで入手・閲覧できます。



### 口腔ケア

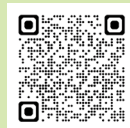
#### 口腔ケアのポイント



- 日頃からかかりつけ歯科医で定期的なメンテナンスを行い、毎日のセルフケアに努めましょう。
- がん治療前にむし歯や歯周病の治療は済ませましょう。
- がん治療中は常に口腔内の保湿に努めましょう。

#### ▶「治療前からのお口のケアのすすめ」

(日本歯科医師会発行)



## 体調管理

### 体調管理のポイント



- こまめに休息をとり、無理のない活動を。
- 体調に応じた生活の工夫や調整を。
- まわりの人に協力を求めて、がんばりすぎないことも大切です。

## 不安や落ち込み

### 心のケアのポイント



- がんの治療には心のケアも含まれます。
- 不安が大きく、眠れない時や食べられなくなった時は遠慮せずに主治医や看護師、がん相談支援センター相談員にご相談ください。
- 外来通院中は、緩和ケア外来（P24参照）を受診できます。主治医にご相談ください。

## アピアランスケア

アピアランスケアとは、治療による副作用（髪や眉毛の脱毛、皮膚の黒ずみ、爪の割れ）など治療によって起こる外見の変化に対する悩みの支援をすることをいいます。

がん治療に伴う心理的及び経済的負担を軽減するとともに、就労等の社会参加を促し、療養生活の維持向上を図るため、医療用補整具（医療用ウィッグまたは乳房補整具）の購入費用助成している県内市町村に対し、県が費用の一部を助成する、「奈良県がんと共生に向けたアピアランスケア支援事業」を令和5（2023）年度から開始しました。

お住まいの市町村によって、事業実施状況や助成内容、金額が異なります。詳細は、お住まいの市町村（P48参照）にお問い合わせください。



## 5. 支え合う仲間

### がん患者サロンとピア・サポーター

患者同士が体験を共有し、自由に情報交換できる場として、「がん患者サロン」を拠点病院等や保健所で実施しています。

がん患者サロンでは、奈良県のピア（仲間）・サポーター養成研修を修了した方々が、がん患者さんやご家族の療養上の問題や心の悩みなどに対し、自らの体験に基づく支援を行っています。

#### ◆拠点病院等のがん患者サロン

	設置場所/名称	開催日時	問合せ先
がん診療連携拠点病院	奈良県立医科大学 附属病院「なごみ」	第3金曜日 14:00～15:00	がん相談支援センター 橿原市四条町840 ☎0744-22-3051(代) (内線1173)
	奈良県総合医療センター 「くつろぎ」	第3火曜日(隔月・不定期) 13:00～14:30 *日時はお問い合わせください。	がん相談支援センター 奈良市七条西町2丁目 897-5 ☎0742-46-6001(代)
	天理よろづ相談所病院 「サロン いこい」	第4水曜日(奇数月) 14:00～15:30	がん相談支援センター 天理市三島町200 ☎0743-63-5611(代)
	近畿大学奈良病院 「患者サロン 生駒」	第3水曜日(原則) 14:00～16:00	がん相談支援センター ・患者支援センター 生駒市乙田町1248-1 ☎0743-77-0880(代)
	市立奈良病院 「春日野～かすがの～」	第3木曜日 14:00～16:00	がん相談支援センター 奈良市東紀寺町1-50-1 ☎0742-24-1251(代)
診療地域がん病院	南奈良総合医療センター 「ひととき」	第4木曜日 13:30～15:00	がん相談支援センター 大淀町大字福神8-1 ☎0747-54-5000(代)

診療連携支援病院 奈良県地域がん	国保中央病院 「ほっとサロン飛鳥」	第2水曜日 14:00～15:00	がん相談支援センター 田原本町宮古 404-1 ☎0744-32-8800(代)
	済生会中和病院 「患者サロン Chuwa」	第1水曜日(原則) 14:00～16:00	がん相談支援センター 桜井市大字阿部 323 ☎0744-43-5001(代)
	大和高田市立病院 がん患者サロン 「ひだまり」	第3水曜日(奇数月) 14:00～16:00	がん相談支援センター 大和高田市磯野北町 1-1 ☎0745-53-2901(代)

- ★開催日等は変更することがあります。
- ★警報発令時は、安全のため中止となります。
- ★詳しくは、各医療機関にお問い合わせください。

## ◆保健所でのがん患者サロン

設置場所/名称	問合せ先
奈良県郡山保健所 「患者サロンとまと」	健康増進課 母子・健康推進係 大和郡山市満願寺町 60-1 ☎0743-51-0196(直通)
奈良県中和保健所 「患者サロンすずらん」	健康増進課 健康づくり推進係 橿原市常盤町 605-5 ☎0744-48-3034(直通)
奈良県吉野保健所 「患者サロンよしの」	健康増進課 地域保健第三係 下市町新住 15-3 ☎0747-64-8134(直通)

## がん患者サロン利用者の声

同じようながん体験をした人たちに聞いてもらうことにより、自分の心が少しでも軽くなるのではないかと思います、参加しました。

家族には言えないことも話すことができました。

サロンに来られている人たちの話を聞くことにより、自分が前向きになれるヒントがいただけました。



病気に負けず、今をしっかり生きている仲間のきずなの輪が、また一つ広がりました。そこには、病気は持っていても病人ではない顔がいっぱいでした。

がんサロンは私にとって温泉みたいな場所。  
みんなで語り合うと身体も心もほっこりします。  
支え合い励まし合って気持ちも前向きになります。  
本当の笑顔ができるところです。

## A 子さんのサロン活用法

A 子さんは、大腸がんの手術を受け、現在は薬物療法中です。  
ある日の血液検査の結果から薬物療法を中断することになりました。

治療を中断したら  
再発するかも。  
先生は大丈夫と  
言ったけど、  
やっぱり心配・・・



○月×日 診察後、がん相談支援センターの相談員さんに不安な気持ちを聞いてもらう。  
ちょっと気持ちがスッキリ。



○月××日 がん患者サロンで、私と同じ大腸がんの「先輩」Bさんのお話を伺う。  
治療後、元気に働いているBさんの話には説得力があるわ。

相談員さんや患者仲間と話すうちにモヤモヤした気持ちが和らいで  
ちょっと元気になるれます。  
相談やがん患者サロンはみなさんにもオススメです！





## 患者会・がん関連団体

がん患者さんや家族が主体となり結成された患者会やがんに関わる活動をしている団体があります。



患者サロンや交流会、がん医療の推進のための研修会や講演会などの活動を行っています。

### ◆ 県内のがん患者会

連絡先	活動内容	対象
<b>①あけぼの奈良</b>		
天理市柳本町 1267 吉岡敏子 方 ☎090-9627-7315 ☎/Fax 0743-66-2180	<ul style="list-style-type: none"> <li>・講演会・相談会</li> <li>・あけぼのハウス奈良</li> <li>・会員間の情報交換（不定期）</li> <li>・ひだまりサロン</li> <li>・再発者の情報交換（2か月に1回）</li> <li>・母の日キャンペーン（乳がん検診を促す啓発活動）</li> <li>・がんと向き合う日に合わせた啓発活動</li> <li>・会報「青垣だより」の発行</li> <li>・あけぼの会本部のニュースレターの送付</li> </ul>	乳がん体験者 会の主旨に賛同 される方
<b>②奈良がんピアサポートなぎの会</b>		
大和郡山市九条町 512-20 松浦博子 方 ☎090-8983-1285	<ul style="list-style-type: none"> <li>・がんピアサポーターへの支援</li> <li>・がんピアサポーターを目指す人への支援</li> <li>・「がんサロン」の開催</li> <li>・サロンなぎ・night サロン・女性がん患者の集い</li> <li>・デーシークラブ（祝祭休日及び夜の街中サロン）</li> <li>・研修会、講演会</li> <li>・相談（面談・電話）</li> <li>・会報「通信なぎ」の発行</li> </ul>	がん患者 家族・遺族 医療・福祉関係者
<b>③奈良交声会</b>		
香芝市良福寺 685-4 奈良交声会 堀内實 方 ☎/Fax 0745-77-6015	<ul style="list-style-type: none"> <li>・発声教室</li> <li>〈場所〉奈良県立医科大学附属病院、天理よろづ相談所 病院、奈良県総合医療センター、近畿大学奈良病院</li> <li>・研修会・総会</li> <li>・喉頭摘出者からの相談及びアドバイス</li> <li>・会報「こうせいかいだより」の発行による情報発信</li> <li>・各病院とのコミュニケーション</li> </ul>	喉頭摘出者

④日本オストミー協会奈良支部		
奈良市五条西 2-3-12 川崎真弘 方 ☎090-2110-5032 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・会報の発行、装具や福祉制度最新情報の連絡</li> <li>・研修会・宿泊研修会</li> <li>・簡単なハイキング</li> <li>・ストーマの悩みに対する相談会</li> </ul>	人工肛門・人工膀胱の保有者 直腸または膀胱障害を有する者とその家族
⑤肺がん患者会 肺ゆう会～奈良～		
大和郡山市九条町 512-20 松浦博子 方 ☎090-8983-1285	<ul style="list-style-type: none"> <li>・交流会（年4回程度）</li> <li>・メールによる情報発信</li> <li>・相談（面談・電話）</li> <li>・日本肺がん患者連絡会（JLCA）との連携</li> </ul>	肺がん患者 家族・遺族 医療・福祉関係者
⑥NCN（奈良キャンサーネットワーク）		
奈良市七条西町 1-22-5 西垣京子 方 ☎090-3826-1106 ☎/Fax 0742-43-8318 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・講演会（がん体験談発表含む）</li> <li>・交流会「大仏さんカフェ」（年6回開催）</li> <li>・がんと向き合う日に合わせた啓発活動</li> <li>・情報提供</li> <li>・会報「わかくさだより」の発行</li> <li>・冊子 がん体験談手記の発刊 「珠のコトノハ」Vol.2 発刊</li> </ul>	全がん種の患者 家族・遺族 その他

## ◆がん関連団体・県外の患者会

連絡先	活動内容	対象
①奈良県のホスピスとがん医療をすすめる会		
北葛城郡河合町高塚台 1-8-1 奈良ニッセイエデンの園内 ☎080-5337-2360 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・奈良県のすべてのがん患者が、居住する地域にかかわらず利用できるホスピス・緩和ケア病床の開設を目指す運動</li> <li>・奈良県がん医療の向上を目指す運動</li> <li>・上記運動のための勉強会・講演会の開催</li> <li>・会紙「すすめる会」通信の発行</li> </ul>	がん患者・家族・遺族 がん医療・福祉関係者 がんやホスピスに関心のある方 その他、一般の方
②日本在宅ホスピス緩和ケアネットワーク		
奈良市三碓 6-9-23 ひばり往診クリニック内 ☎0742-49-8700	<ul style="list-style-type: none"> <li>・在宅ホスピス・緩和ケアに関する勉強会・講演会</li> <li>・県内医療機関に関する情報提供</li> <li>・患者・家族への相談等</li> </ul>	一般の方 医療関係者 福祉関係者
③公益財団法人がんの子どもを守る会 関西支部		
大阪事務所 大阪市中央区北久宝寺町 2-3-1 ☎06-6263-1333 	<ul style="list-style-type: none"> <li>○関西支部               <ul style="list-style-type: none"> <li>・公開シンポジウム（近畿小児血液がん研究会）</li> <li>・医療講演会/小児がん経験者の体験発表など（のぞみトークきんぎ）</li> </ul> </li> <li>○大阪事務所               <ul style="list-style-type: none"> <li>・ソーシャルワーカーによる相談事業、宿泊事業、広報啓発活動</li> <li>・個別医療相談、交流会の開催</li> </ul> </li> </ul>	小児・AYA 世代 がん患者・経験者・家族

## 患者さん及びご家族向けの図書コーナー

拠点病院等には、患者さん及びご家族向けの図書コーナーを設置している所もあります。



### ◆拠点病院等の図書コーナー

病院	利用者の制限	利用可能な曜日・時間	場所 問合せ先
奈良県立医科大学附属病院 (なごみ図書)	制限なし	月～金 9:00～17:00	がん相談支援センター ☎0744-22-3051(代) (内線 1173)
天理よろづ相談所病院 (いこいあおぞら文庫)	当院に通院 又は入院さ れている患 者さん、ご 家族	月～金 9:30～17:00	がん相談支援センター ☎0743-63-5611(代)
済生会中和病院 (ふれあい図書館)		月～金 9:00～17:00 土(第1、3、5) 9:00～12:00	放射線治療棟1階 総務課 ☎0744-43-5001(代)
大和高田市立病院 (こもれび)	制限なし	月～金 9:00～16:00	がん相談支援センター ☎0745-53-2901(代)



## 6. 自宅での療養

自宅で療養するために、在宅療養サービスや介護保険サービスが利用できます。

まずは、主治医や看護師、病院の地域医療連携室\*やがん相談支援センター等で相談して一緒に情報をさがしてみましょう。

\*地域医療連携室：病院によって名称は異なります。一般的に、地域医療連携室では、紹介患者さんの予約調整や退院調整、地域の医療機関との連携・調整などが行われています。

### ●在宅療養サービスを受けたい

#### 【在宅医（在宅療養支援診療所などの診療所）】

定期的に訪問診療し、緊急時などに対応します。また、専門的な治療を行った病院の主治医と連携し、必要に応じて再入院の手配などもします。

#### 【訪問看護ステーション】

通院や外出が困難な患者さんのために、看護師や准看護師等が自宅を訪問し、医師の指示に基づく診療の補助や、健康管理や相談等のサービスを提供する施設です。

#### 【薬剤師】

薬の効能・服用方法の説明や使用方法・副作用に関する相談に対応しています。

#### ▶がん在宅医療機能（診療所・訪問看護ステーション・薬局）

県内診療所、訪問看護ステーション、薬局の  
がん在宅医療機能の一覧表を掲載しています。

「がんネットなら」（P46参照）で見ることができます。

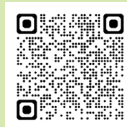


## [地域包括支援センター]

介護予防を含め、在宅療養などに関する様々な制度の利用や福祉の相談や支援を行っています。

### ▶地域包括支援センター（奈良県ホームページ）

地域包括支援センターの概要と県内の一覧表を掲載しています。



## ●介護サービスを受けたい

### [介護保険制度]

介護保険の被保険者で、要介護認定を受けられた方は要介護度に応じて、訪問介護や訪問入浴、訪問看護などのサービスを受けることができます。原則として、費用の1割～3割が自己負担となります。

介護保険の対象は、次の場合です。

- 65 歳以上の方で、要介護（入浴・排泄・食事などの日常生活に介護を要する）又は要支援（要介護状態にならないために適切な支援を要する）の認定を受けた場合
- 40 歳～64 歳までの方で、「末期がん」等の特定疾病であると診断され、要介護・要支援の認定を受けた場合

問合せ先 市町村の介護保険担当課（P48）



## 7. 医療費などの負担軽減

### ●医療費が高額になったので払い戻しを受けたい

#### [高額療養費制度]

同じ月に、医療機関や薬局の窓口で支払った額（入院時の食費負担や差額ベッド代等は対象外です。）が、一定額を超えた場合に、その超えた金額の払い戻しを受けることができる制度です。

この一定額という自己負担上限額は、年齢や所得に応じ定められています。また、医療費が高額になりそうなことがあらかじめわかっている場合に事前に手続きを行うことで、医療機関の窓口での支払い額そのものを初めからひと月の上限額までとすることができる仕組みもあります。（「限度額認定証」）

▶高額療養費制度  
（厚生労働省ホームページ）



### ●医療と介護の両方の自己負担額の合計が高額になったので、払い戻しを受けたい

#### [高額医療・高額介護合算療養費制度]

同じ世帯内の同一医療保険の加入者の方について、毎年8月から1年間にかかった医療保険と介護保険の自己負担を合計し、基準額を超えた場合に、その超えた額について払い戻しを受けることができる制度です。

問合せ先 加入している公的医療保険の相談窓口

### ●小児がんの医療費助成を受けたい

#### [小児慢性特定疾病医療費助成]

治療期間が長く、医療費負担が高額となる小児がんなど厚生労働大臣が定める小児慢性特定疾病について、治療・研究の推進を図り、併せて患者家庭の医療費の負担軽減につながるよう、医療費の自己負担分の一部を助成する制度です。

18歳未満（引き続き治療が必要であると認められる場合は、20歳未満）の児童が助成の対象となります。

問合せ先 居住地を管轄する保健所（P49）

## 8. 療養中の生活費など経済的なこと

### ●税金の負担を減らしたい

#### [医療費控除制度]

自己又は自己と生計を一にする配偶者やその他の親族のために医療費を支払った場合、一定の金額の所得控除が受けられる制度です。

医療費控除に関する事項を記載した確定申告書を所轄税務署に提出することが必要です。

問合せ先 居住地を管轄する税務署(P50)

### ●療養生活のための資金を借りたい

#### [生活福祉資金貸付制度]

低所得世帯等を対象に、資金の貸付を通じて経済的な自立や在宅福祉の向上を図ることによって、住民の地域での安定した生活を支援する制度です。

貸付条件に該当すると、負傷又は疾病の療養にかかる必要な経費(健康保険の例による医療の自己負担額のほか、移送経費等、療養に付随して要する経費を含む)及びその療養期間中の生計を維持するために必要な経費を借り入れることができます。

問合せ先 市町村の社会福祉協議会

### ●仕事を休んでいる間の生活保障を受けたい

#### [傷病手当金]

病気休業中の生活を保障するために設けられた制度です。

病気やけがのために会社を休み、事業主から十分な報酬が受けられない場合に支給されます。

問合せ先 加入している公的医療保険の相談窓口

## ●障害が残ったので制度を利用したい

### [障害年金]

病気などのために、原則として65歳までに一定の障害の状態になった方に支給される制度です。

障害年金には、国民年金から支給される「障害基礎年金」、厚生年金から支給される「障害厚生年金」、公務員が加入する共済組合から支給される「障害共済年金」があります。

なお、「一定の障害の状態」とは、人工肛門の造設や、喉頭部摘出などのほか、日常生活において制限がある（介助を必要とする）状態のことをいい、所定の診断書によって障害の程度の審査を行います。また、障害年金の請求には制度ごとに一定の要件を満たしていることが必要です。

#### 問合せ先

障害基礎年金…市町村（P48）又は年金事務所（P50）

障害厚生年金…年金事務所（P50）

障害共済年金…各共済組合の担当窓口

### [身体障害者手帳]

身体障害者手帳は、身体障害認定基準に定められた障害に該当すると認定された方に対して交付される制度です。

手帳を取得することにより、障害の種類や程度に応じた福祉サービスを利用できるようになります。

手帳の交付対象となる障害には下記のようなものがあり、障害の程度によって1級から6級までの区分が設けられています。

＜手帳の交付対象となる障害＞

視覚障害、聴覚障害、平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害、  
肢体不自由、心臓機能障害、じん臓機能障害、呼吸器機能障害、  
ぼうこう又は直腸機能障害、小腸機能障害、免疫機能障害、肝臓機能障害

利用できる助成・支援には、ストマ用装具（人工肛門や人工膀胱）、情報・意思疎通支援用具（会話補助装置）、在宅療養等支援用具（介護ベッド）など日常生活用具などの支給・貸与、税金の控除、公共交通機関運賃の免除・割引などがあります。なお、障害の程度によって、助成・支援の内容は変わります。

問合せ先 市町村の福祉担当課（P48）

## ●仕事を辞めたときの制度を利用したい

### [失業給付金]

雇用保険に加入していた方に対して、失業中の生活を支援するための制度です。

再就職の意思、能力を有していること、退職前の2年間で12か月以上（倒産・解雇等は退職前の1年間で6か月以上）の保険加入期間があること等、給付日数は加入期間や離職理由、離職時年齢によって変わります。

問合せ先 居住地を管轄するハローワーク（下記）

### ◆奈良県内のハローワーク

名称	所在地・電話番号	管轄地域
ハローワーク奈良	奈良市法蓮町 387 奈良第3地方合同庁舎 1F ☎0742-36-1601 部門コード(11#)	奈良市 天理市 生駒市 山辺郡
ハローワーク大和郡山	大和郡山市観音寺町 168-1 ☎0743-52-4355	大和郡山市 生駒郡
ハローワーク大和高田	大和高田市池田 574-6 ☎0745-52-5801 部門コード(11#)	大和高田市 橿原市 御所市 香芝市 葛城市 北葛城郡 高市郡
ハローワーク桜井	桜井市外山 285-4-5 ☎0744-45-0112	桜井市 宇陀市 磯城郡 宇陀郡 吉野郡のうち東吉野村
ハローワーク下市	下市町下市 2772-1 ☎0747-52-3867	五條市 吉野郡（東吉野村を除く）

\*いずれのハローワークもご利用時間は平日の8:30～17:15まで

## 9. がん治療と仕事の両立

### ●がん治療と仕事の両立について相談したい

がんの早期発見や治療法の進歩により、仕事を続けながら治療を受けられる時代となっています。

がんと診断されたことで、仕事を続けられないと思われる方もおられますが、今はがん治療は外来で行われることも多いため、治療と仕事の両立をあきらめることなく、まずは主治医や看護師、がん相談支援センターの相談員に相談してみましょう。

また、治療と仕事の両立には、職場の上司や同僚の理解・協力が必要不可欠です。職場の産業医や産業看護職、人事・給与・福利厚生担当者にも相談してみましょう。

### ◆拠点病院での就労相談

拠点病院のがん相談支援センターでは、がん患者の就労に関する様々な悩みや相談に診断時から対応するため、社会保険労務士による就労相談を実施しています。

事前の予約が必要となりますので、がん相談支援センター（P2）にご相談ください。

### ◆その他の就労相談

奈良産業保健総合支援センターでは、治療を受けながら安心して働き続けるため、「両立支援促進員」が相談に応じています。希望に応じて勤務先との調整も行っています。

事前の予約が必要となりますので、ご相談ください。

名称	所在地	電話番号
奈良産業保健総合支援センター	奈良市大宮町 1-1-32 奈良交通第3ビル3階	☎0742-25-3100

## ●がんの治療中だが、再就職（就職）したい

### ◆就職相談

ハローワーク大和高田、ハローワーク奈良では、がんや肝炎などの疾病により長期にわたる治療を受けながら就職を希望される方に対する就職支援として、「長期療養者職業相談窓口」を開設し、「就労支援ナビゲーター」による相談を実施しています。また奈良県立医科大学附属病院、奈良県総合医療センター、天理よろづ相談所病院と連携して、病院内での出張就職相談も行っています。

事前の予約が必要になりますので、ご相談ください。

名称	相談日・時間	問合せ先
ハローワーク大和高田 長期療養者職業相談窓口	月～金（祝日を除く） 8:30～17:15	大和高田市池田 574-6 ☎0745-52-5801 （部門コード 43#）
奈良県立医科大学附属病院 「ハローワーク出張相談」	水（第 1、2、5） 火（第 3、4） 13:00～16:00 * 予約制	がん相談支援センター 橿原市四条町 840 ☎0744-22-3051(代)

名称	相談日・時間	問合せ先
ハローワーク奈良 長期療養者職業相談窓口	月～金（祝日を除く） 8:30～17:15	奈良市法蓮町 387 ☎0742-36-1601 （部門コード 43#）
奈良県総合医療センター 「ハローワーク出張相談」	水（隔週） 13:00～15:45 * 予約制	がん相談支援センター 奈良市七条西町 2 丁目 897 - 5 ☎0742-46-6001(代)
天理よろづ相談所病院 「ハローワーク出張相談」	月～金 9:30～16:00 （祝日を除く） * 完全予約制 （来院または電話にて 受付）	がん相談支援センター 天理市三島町 200 ☎0743-63-5611(代)



## ◆一般的な労働相談窓口

相談先名	電話番号	相談内容	相談時間
奈良労働局 総合労働相談コーナー	☎0742-32-0202	労働相談、個別労働紛争に 関して	月～金 9:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
奈良総合労働相談コーナー	☎0742-85-6437		
葛城総合労働相談コーナー	☎0745-40-4500		
桜井総合労働相談コーナー	☎0744-42-6901		
大淀総合労働相談コーナー	☎0747-52-0261		
中小企業労働相談所 (電話相談のみ対応)	☎0120-450-355	労働問題に関して	月～金 9:00～18:00 (祝日・年末年始除く)
北和地区中小企業労働相談所 (エルトピア奈良)	☎0742-26-6900	労働問題に関して *都合により	土(第2、4) 13:00～17:00 (祝日・年末年始除く)
中和地区中小企業労働相談所 (エルトピア中和)	☎0745-22-6631	日時の変更あり	土(第1、3) 13:00～17:00 (祝日・年末年始除く)

### ▶がんと仕事のQ&A 第3版

(厚生労働科学研究費補助金がん臨床研究事業)  
体験者の声をもとに作られたQ&A集です。  
体験者からのアドバイスやコラム、  
役立つ資料が紹介されています。



## 10. 子どもの療養支援

### ●長期の療養が必要な子どもの療育について相談したい

小児がんなどの特定の疾患等、子どもの成長期に長期にわたる治療が必要な場合、家庭や学校での生活に大きな影響を及ぼします。

保健所では、長期にわたる療養が必要な子どもや保護者等を対象に、家庭での看護や養育、学校生活、福祉制度の紹介等の療育についての相談を行っています。

問合せ先 居住地を管轄する保健所（P49）

### ●入院中の教育支援を受けたい

在籍する学校と連携を図りながら、入院中も学習が継続できるよう支援を進めます。

病院内には院内学級も設置されています。退院後の復学を踏まえ、元の学校と連携を図りながら学習を進めます。病院内の院内学級については、入院する病院の主治医や看護師、ソーシャルワーカー等にお問い合わせください。



問合せ先

- 病院の主治医、看護師等
- 居住地の市町村教育委員会または各院内学級

# 11. がんに関する情報サイト

## ◆がんネットなら (奈良県がん情報提供ポータルサイト)



県内の医療機関や相談窓口の情報、県内で開催される講演会の情報など、がんに関する情報を幅広く掲載しています。がんに関して知りたいとき、迷ったときなど、ぜひご利用ください。

The screenshot shows the homepage of the 'がんネットなら' (Gan Net Nara) website. At the top, there is a navigation bar with links for '検索' (Search), '白' (White), 'アアを大きく' (Enlarge AA), 'サイトマップ' (Site Map), and 'お問い合わせ' (Contact Us). Below the navigation bar is the website title 'がんネットなら' and a search input field. The main content area features a large illustration of a tree with colorful hearts, accompanied by the text '奈良で、みんなで。「がん」について共に考えていきましょう。' (In Nara, let's think about cancer together). To the right of the tree are three buttons: '初めてこのサイトに來られた方' (First time on this site), 'がん患者・ご家族の方・一般の方' (Cancer patients, family members, and general public), and '医療関係・医療従事者の方' (Medical staff and healthcare workers). Below this is a section titled 'あなたのがんの種類から病院を探す(がんと初めて診断された方へ)' (Find a hospital from your cancer type (for those diagnosed for the first time)). This section contains eight buttons for different cancer types: 肺がん (Lung cancer), 胃がん (Stomach cancer), 大腸がん (Colon cancer), 肝臓がん (Liver cancer), 乳がん (Breast cancer), 子宮がん (Uterine cancer), 前立腺がん (Prostate cancer), and その他のがん (Other cancers, including small intestine and AYA cancers). Below this is a section with three main categories: '探す' (Find), '相談する' (Consult), and '参加する' (Participate). Each category has a list of services and events. The '探す' section includes links to cancer consultation points, second opinions, and home care support. The '相談する' section includes links to consultation centers, support groups, and Q&A. The '参加する' section lists upcoming events and seminars. At the bottom, there are three more categories: '治療する' (Treat), '予防する' (Prevent), and '知る' (Know). Each category has a list of related topics and services.

## ◆関連する情報サイト

### ○がん情報サービス

（国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター）  
患者さんやご家族の方をはじめ、一般の方や医療関係者に対して、  
がんについて信頼できる、最新の正しい情報をわかりやすく紹介して  
います。



### ○小児がん情報サービス

（国立研究開発法人国立がん研究センターがん対策情報センター）  
小児がんに関する情報等を掲載しています。治療にあたって診療の  
流れやご家族に心がけていただきたいことなど、本格的に治療を始め  
る前に知っておいていただきたい情報をわかりやすく紹介しています。



### ○公益財団法人日本対がん協会のホームページ

各種がんの基礎知識や検診に関する情報などを提供し  
ています。



### ○治療と仕事 両立支援総合サイト（奈良労働局）

病気を抱える労働者が治療を受けながら、継続して仕事ができる環境  
を支援するためのサイトです。



## 12. 関係機関一覧

### ◆奈良県内の市町村役所（場）一覧

市町村名	所在地	電話番号
奈良市	奈良市二条大路南 1-1-1	0742-34-1111
大和高田市	大和高田市大字大中 98 番地 4	0745-22-1101
大和郡山市	大和郡山市北郡山町 248-4	0743-53-1151
天理市	天理市川原城町 605	0743-63-1001
橿原市	橿原市八木町 1-1-18	0744-22-4001
桜井市	桜井市大字粟殿 432-1	0744-42-9111
五條市	五條市岡口 1 丁目 3 番 1 号	0747-22-4001
御所市	御所市 1 番地の 3	0745-62-3001
生駒市	生駒市東新町 8 番 38 号	0743-74-1111
香芝市	香芝市本町 1397 番地	0745-76-2001
葛城市	[新庄庁舎] 葛城市柿本 166 番地	0745-69-3001
宇陀市	宇陀市榛原下井足 17 番地の 3	0745-82-8000
山添村	山添村大字大西 151 番地	0743-85-0041
平群町	平群町吉新 1-1-1	0745-45-1001
三郷町	三郷町勢野西 1-1-1	0745-73-2101
斑鳩町	斑鳩町法隆寺西 3 丁目 7 番 12 号	0745-74-1001
安堵町	安堵町大字東安堵 958 番地	0743-57-1511
川西町	川西町大字結崎 28 番地の 1	0745-44-2211
三宅町	三宅町大字伴堂 689 番地	0745-44-2001
田原本町	田原本町 890-1	0744-32-2901
曽爾村	曽爾村今井 495-1	0745-94-2101
御杖村	御杖村菅野 368	0745-95-2001
高取町	高取町観覚寺 990-1	0744-52-3334
明日香村	明日香村大字橘 21 番地	0744-54-2001
上牧町	上牧町上牧 3350	0745-76-1001
王寺町	王寺町王寺 2 丁目 1-23	0745-73-2001
広陵町	広陵町大字南郷 583 番地 1	0745-55-1001
河合町	河合町池部 1 丁目 1 番 1 号	0745-57-0200
吉野町	吉野町大字上市 80 番地の 1	0746-32-3081

大淀町	大淀町桧垣本 2090 番地	0747-52-5501
下市町	下市町大字下市 1960	0747-52-0001
黒滝村	黒滝村大字寺戸 77 番地	0747-62-2031
天川村	天川村大字沢谷 60 番地	0747-63-0321
野迫川村	野迫川村大字北股 84 番地	0747-37-2101
十津川村	十津川村大字小原 225-1	0746-62-0001
下北山村	下北山村寺垣内 983	07468-6-0001
上北山村	上北山村河合 330	07468-2-0001
川上村	川上村大字迫 1335 番地の 7	0746-52-0111
東吉野村	東吉野村大字小川 99 番地	0746-42-0441

#### ◆奈良県内の保健所

保健所名	所在地・電話番号	管轄地域
奈良市保健所	奈良市三条本町 13-1 ☎0742-93-8397（保健予防課）	奈良市
郡山保健所	大和郡山市満願寺町 60-1 ☎0743-51-0196（母子・健康推進係）	大和郡山市 天理市 生駒市 山辺郡 生駒郡
中和保健所	橿原市常盤町 605-5 ☎0744-48-3035（母子・保健対策係）	大和高田市 橿原市 桜井市 御所市 香芝市 葛城市 宇陀市 磯城郡 宇陀郡 高市郡 北葛城郡
吉野保健所	下市町新住 15-3 ☎0747-64-8134（地域保健第三係）	五條市 吉野郡

◆奈良県内の税務署

税務署名	所在地・電話番号	管轄地域
奈良税務署	奈良市登大路町 81 奈良合同庁舎 ☎0742-26-1201	奈良市 大和郡山市 天理市 生駒市 生駒郡
葛城税務署	大和高田市西町 1 番 15 号 ☎0745-22-2721	大和高田市 橿原市 五條市 御所市 香芝市 葛城市 高市郡 北葛城郡
桜井税務署	桜井市粟殿 185-4 ☎0744-42-3501	桜井市 宇陀市 磯城郡 山辺郡 宇陀郡
吉野税務署	吉野町丹治 200-1 ☎0746-32-3385	吉野郡

◆奈良県内の年金事務所

事務所名	所在地・電話番号	管轄地域
奈良年金事務所	奈良市芝辻町 4-9-4 ☎0742-35-1371	奈良市 大和郡山市 生駒市 生駒郡
大和高田年金事務所	大和高田市幸町 5-11 ☎0745-22-3531	大和高田市 五條市 御所市 香芝市 葛城市 北葛城郡 吉野郡（桜井年金事務所管内の地 域を除く）
桜井年金事務所	桜井市大字谷 88-1 ☎0744-42-0033	天理市 橿原市 桜井市 宇陀市 山辺郡 磯城郡 宇陀郡 高市郡 吉野郡のうち東吉野村

～メモ～





～メモ～



## がん患者さんのための療養ガイド 第4版

---

発行 奈良県福祉医療部医療政策局疾病対策課  
奈良県奈良市登大路町 30 番地  
TEL 0742-22-1101 (代)

2024年3月発行

※掲載している情報は 2024 年 3 月時点のものです

---