



がんサポートブック  
えひめ



愛媛県イメージアップキャラクター  
みきやん 《許諾番号》1-2601004

患者必携

地域の  
療養情報

## はじめに

病名を告げられた時、ショックを受け、気持ちが動揺するのも無理はありません。

そんなときは一人で抱え込まず家族や友人、がん相談支援センターに相談し、ゆっくり気持ちを整理しましょう。

この「**がんサポートブックえひめ**」は、がんと向き合うときに必要な情報にたどり着くためのガイドブックです。

不安や悩みを相談できる窓口や、生活・療養に関すること、支援制度など活用できる情報をまとめています。

療養中の患者さんやご家族、支える方々に少しでも役立つことができれば幸いです。ぜひご利用ください。



# もくじ

## 1. えひめのがん医療

- ✿ がん診療連携拠点病院・推進病院 …………… P 3
- ✿ がん相談支援センター …………… P 4

## 2. がんと向き合う

- ✿ 正しい情報をおつめましょう …………… P 5
- ✿ 参考になるサイトや冊子 …………… P 6
- ✿ セカンドオピニオン …………… P 7
- ✿ 痛みやつらさを和らげたい～緩和ケア～ …………… P 8
- ✿ がんゲノム医療とは …………… P 9
- ✿ 妊孕性について（将来子供を望むかたへ） …………… P10

## 3. 自分らしい療養生活を考える

- ✿ 治療を受けながら働きたい …………… P11
- ✿ 外見ケアについて …………… P12
- ✿ 住み慣れた自宅での生活をつづけるために …………… P13
- ✿ 在宅療養生活を支える制度、サービス …………… P14
- ✿ 療養中の上手な食事のとりかた …………… P15
- ✿ 大切な人たちと過ごすために …………… P16
- ✿ 同じ経験をもつ人と話をしてみたい …………… P17

## 4. 気になるお金のこと

- ✿ 医療費の負担を減らしたい …………… P19
- ✿ 療養生活で役立つ制度を知りたい …………… P20

# 1. えひめのがん医療

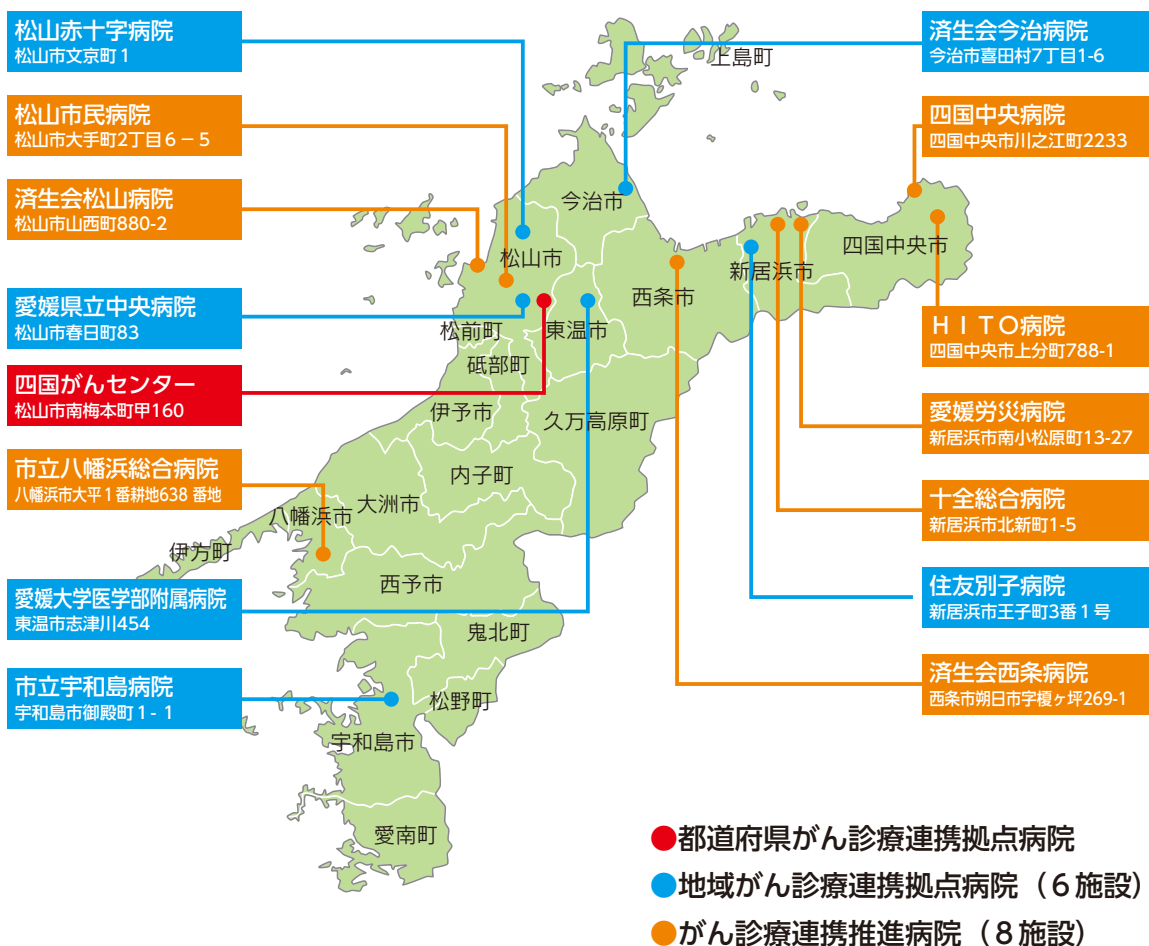
## ●がん診療連携拠点病院・推進病院

### 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が提供できるように国が指定した病院です。専門的ながん医療の提供や患者さんに対する相談支援・情報提供などを行っています。

### がん診療連携推進病院とは●

がん診療連携拠点病院と連携しながら、専門的ながん医療の提供や地域のがん診療の連携協力体制の構築などの役割を担っています。愛媛県が独自に指定した病院です。





がん相談支援センターのマークです

## ●がん相談支援センター

がん診療連携拠点病院・推進病院に設置されている「がんに関する相談窓口」です。医療ソーシャルワーカー、看護師、心理療法士等、さまざまな職種がお答えします。ほかの病院にかかっている方でも、どなたでもご相談いただけます。

お気軽にご相談ください。相談料は無料です。

	病院名・相談窓口名	対応時間	電話
がん診療連携拠点病院	四国がんセンター 「がん相談支援センター」	平日 8:30～17:15	089-999-1114
	住友別子病院 「相談支援センター」	平日 8:30～17:30	0897-37-7133
	済生会今治病院 「総合医療支援室」	平日 8:30～17:00 第1・3・5土 8:30～12:30	0898-47-6048
	愛媛大学医学部附属病院 「総合診療サポートセンター」	平日 8:30～17:00	089-960-5918 089-960-5261
	松山赤十字病院 「がん相談支援センター」	平日 9:00～16:00	089-926-9630
	愛媛県立中央病院 「地域医療連携室」	平日 8:30～17:15	089-947-1165
	市立宇和島病院 「がん相談支援センター」	平日 9:00～16:30	0895-25-1111(代)
がん診療連携推進病院	四国中央病院 「患者相談支援室」	平日 8:30～17:15	0896-58-2118
	HITO病院 「がん相談支援センター」	平日 9:00～17:00 第1・3・5土 9:00～12:00	0896-29-5320
	愛媛労災病院 「地域医療連携室」	平日 8:30～17:00	0897-33-6199
	十全総合病院 「入退院支援センター」	平日 8:45～17:30 第1・3・5土 8:45～12:30	0897-33-1818(代)
	済生会西条病院 「社会福祉課」	平日 8:30～17:00 第1・3土 8:30～12:30	0897-55-5392
	松山市民病院 「地域医療連携室」	平日 8:30～16:30 土 8:30～12:00	089-913-0081
	済生会松山病院 「地域医療連携室」がん相談支援センター	平日 8:30～17:00 第1・3土 8:30～12:30	089-951-6111
	市立八幡浜総合病院 「地域医療連携室」	平日 8:30～17:15	0894-24-2568

## 2. がんと向き合う

### ●正しい情報をおつめしましょう

がんに対する不安を少なくし、納得のいく治療を受けるために、情報を集めて正しい知識を持つことは大切です。

さまざまな情報があふれている中、情報をさがすときのポイントをおさえておきましょう。

### ～がん情報をさがすときの5つのポイント～

#### ○今、必要な情報は何か、考える

状況によって、必要となる情報はさまざまです。あなたにとって、いま必要な情報は何か、考えてみましょう。メモに書き出すことで、頭の中を整理し、人に伝えることのきっかけとなり、情報のありかを探ることにつながるかもしれません。

#### ○インターネットを活用する

インターネットを活用すると、たくさんの情報を簡単に入手できます。自分で使えなければ家族など周囲の人に調べてもらいましょう。

#### ○がん相談支援センターを利用する

情報の探し方がわからないときには、がん診療連携拠点病院のがん相談支援センターを利用してみましょう。相談員と話すうちに、問題が整理できることもあります。

#### ○信頼できる情報か、考える

情報の正しさと、その情報が自分に当てはまるかどうかを判断するときには、情報の信頼性が大切です。複数の情報を照らし合わせ、担当医に確認して判断しましょう。

健康食品やサプリメントなどの補完代替療法のうち、がんへの効果が証明されたものはありません。中には有害なものもありますので注意しましょう。

#### ○行動する前に、周囲の意見を聞く

得られた情報をもとに行動する前に、担当医や家族、また患者仲間などに意見を求めましょう。あなたの判断の助けになります。

出典：国立がん研究センター がん情報サービス

## ●参考になるサイトや冊子

参考情報	内 容	
<p>がん情報サービス</p> <p>運営：国立がん研究センター</p>	<p>がんに関する基礎知識や治療、生活情報まで、さまざまな情報を網羅したがん情報の総合サイトです。</p> <p>情報さがしはまずこのサイトから。</p>	
<p>がんサポートサイトえひめ</p> <p>運営：愛媛県がん診療連携協議会</p>	<p>愛媛県内のがん診療連携拠点病院・推進病院の治療実績や治療体制などをまとめた愛媛のがん情報がわかるサイトです。</p>	
<p>がんと診断されたあなたに 知ってほしいこと</p> <p>発行：国立がん研究センター</p>	<p>診断されて問もない方が、治療に臨むために知っておくとよい情報がまとめられています。がん相談支援センターで入手または、がん情報サービスから閲覧・印刷できます。</p>	
<p>各種がんシリーズ</p> <p>発行：国立がん研究センター</p>	<p>病種ごとに、診療の流れや標準的な治療法をまとめた冊子です。がん相談支援センターで入手または、がん情報サービスから閲覧・印刷できます。</p>	
<p>患者必携 がんになったら 手に取るガイド</p>	<p>がんに関する悩みや困りごとの解消のヒントをまとめた冊子です。書店等で購入または、がん情報サービスから閲覧・印刷もできます。</p>	
<p>別冊：私の療養手帳</p> <p>発行：国立がん研究センター</p>	<p>がんになったら手に取るガイドの別冊付録です。診断、治療の段階ごとに大事なことを書き留めて整理することができます。</p>	
<p>みんなの質問ノート ～がんと向き合うときに 聞いておきたいこと</p> <p>発行：NPO法人おれんじの会</p>	<p>医療者に質問するときのポイントや具体的な質問の仕方を例示して紹介しています。がん相談支援センターで入手できます。</p>	
<p>家族必携 ～あなたの大切な人を 支えるために</p> <p>発行：NPO法人おれんじの会</p>	<p>“第二の患者”といわれるご家族のための情報をまとめた冊子です。がん相談支援センターで入手できます。</p>	

## ●セカンドオピニオン

主治医の治療方針を十分に理解したうえで、別の病院の医師に「第二の意見」を求めることがセカンドオピニオンです。

セカンドオピニオンを聞き、主治医と同じ意見であれば、理解がより深まり、納得して治療に取り組むことができます。

一方、別の治療方針が提案された場合は、選択の幅が広がります。

セカンドオピニオンを聞いた後、再度主治医とよく話しあいましょう。

※セカンドオピニオンは病院をかわることはありません。

※主治医から提供される診療情報の範囲内で相談します。新たな検査や治療は行いません。

※費用は保険適用外で病院によって異なります。県内では5,000～20,000円程度です。

### セカンドオピニオンを受ける時の流れ



主治医の治療方針（ファーストオピニオン）をよく聞きましょう  
わからないことは、まず主治医に確認することが大切です



セカンドオピニオンを聞きたい病院を決めましょう  
わからない場合は、がん相談支援センターに相談できます



主治医にセカンドオピニオンを聞きたいと伝え、希望する病院あての  
紹介状等を準備してもらいましょう  
紹介状等ができれば、セカンドオピニオンの申込手続きをしましょう



セカンドオピニオン外来で、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て相談しましょう



セカンドオピニオンで聞いた内容を主治医に報告して、今後の  
ことを相談しましょう




## ●痛みやつらさを和らげたい～緩和ケア～

### 緩和ケアの治療について

病気や治療の影響で痛み、吐き気、だるさなどの症状、こころのつらさなどを感じることがあります。

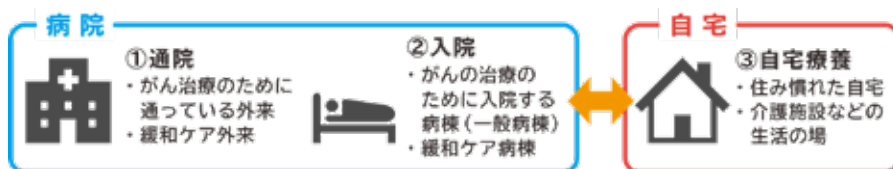
がんと診断された時から「患者さんの生活のしやすさ」に焦点を当て、心身の苦しみを和らげていくこと全てが緩和ケアになります。少しでもつらい症状があれば、いつでも主治医やがん相談支援センターに相談ください。

医師・看護師をはじめ各専門スタッフが生活や仕事のしづらさを改善できるように一緒に考えます。

参考情報	内 容
緩和ケア.net 運営：日本緩和医療学会	緩和ケアについて 基礎知識を学ぶことができます。 

### 緩和ケア治療を受けられる場所

病院（通院・入院）だけでなく、自宅や居住施設等、住み慣れた場所で訪問診療・訪問看護などを利用し緩和ケアを受けることができます。（P13～P14参照）



### 緩和ケア病棟

緩和ケアを専門に行う入院施設です。症状が緩和され体調が落ち着いたら退院することもできます。かかりつけの病院に緩和ケア病棟がない場合は、希望により緩和ケア病棟のある病院に入院・転院の相談をすることもできます。愛媛県内には以下の病院に緩和ケア病棟があります。

四国がんセンター	松山市	089-999-1114
松山ベテル病院	松山市	089-996-6430
済生会今治病院	今治市	0898-47-6048
住友別子病院	新居浜市	0897-37-7133
西条愛寿会病院	西条市	0897-55-2300
HITO病院	四国中央市	0896-29-5320

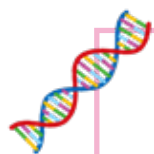


緩和ケア病棟の一室

※入院基準や面会等は各病院で異なります

## ●がんゲノム医療とは

がんの組織や血液を用いて、多数の遺伝子を同時に調べられる「がん遺伝子パネル検査」



ゲノムとは？

遺伝子と染色体から合成された言葉で、染色体に含まれるすべての遺伝子と遺伝情報のことです

で、がんに関わる遺伝子変異※を特定し、1人1人の体質や病気のタイプに合わせて治療を行う医療です。 ※細胞中の遺伝子の後天的な変化や生まれもった遺伝子の違い  
がん遺伝子パネル検査の結果、遺伝子変異が見つかり、それに適した薬があれば、臨床試験などで薬の使用を検討でき、新たな治療法の開発などにつながる可能性があります。

ただし遺伝子変異が見つからない場合もあります。

遺伝子変異が見つかって自分にも合う薬の使用に結びつく人は全体の10%程度といわれています。

がんゲノム医療を受けたいときは主治医とよく相談しましょう。



## がん遺伝子パネル検査の対象、費用について

希少がんや原発不明がん、標準治療が効かなくなった再発・進行した固形がんの患者さんが対象です。全身状態の条件もあります。条件をみたせば検査費用は健康保険が適用されます。

## がん遺伝子パネル検査が受けられる病院

厚生労働省より指定された「がんゲノム医療中核拠点病院」「がんゲノム医療拠点病院」「がんゲノム医療連携病院」で受けられます。

愛媛県内では以下の病院で検査が受けられます。

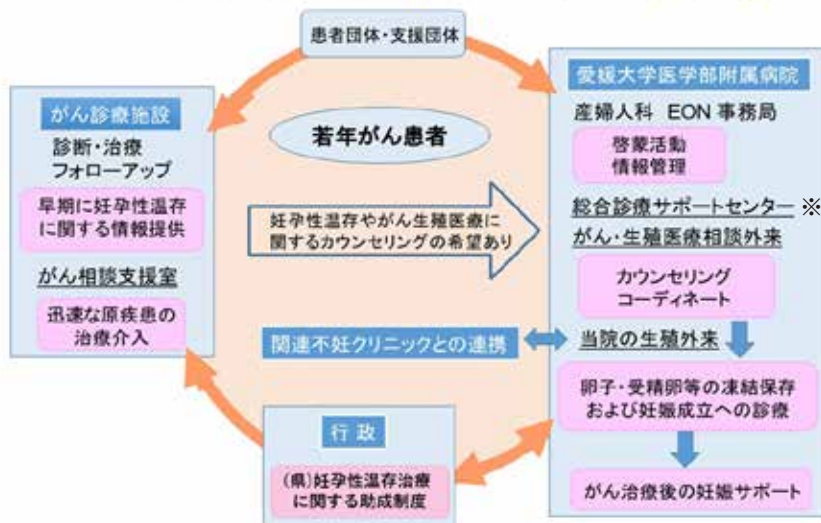
がんゲノム医療拠点病院	四国がんセンター	089-999-1114
	愛媛大学医学部附属病院	089-960-5918
がんゲノム医療連携病院	愛媛県立中央病院	089-947-1111
	松山赤十字病院	089-926-9630

## ●妊孕性について（将来子供を望むかたへ）

妊孕性（にんようせい）とは「妊娠する力」のことを意味します。がん治療の影響によって妊孕性が失われたり、低下したりすることがあります。妊孕性を残す方法として、生殖補助医療を用いた妊孕性温存方法があります。

2018年より『愛媛県がん・生殖医療ネットワーク』が始まりました。この診療ネットワークは、がん治療を実施する病院と、高度生殖補助医療実施施設（体外受精や卵子や精子、受精卵の凍結保存を行う病院）が連携して治療を行えるように協力しています。

### 愛媛県がん生殖医療ネットワーク Ehime Oncofertility Network (EON)



#### ※愛媛大学医学部附属病院【がん・生殖医療相談外来】

若年がん患者さんの相談窓口として、カウンセリングならびに妊孕性、生殖機能を温存する方法の提案・受精卵や精子の凍結保存を行っています。卵巢組織や未受精卵子の凍結も実施可能です。

相談をご希望の方は紹介状が必要です。主治医に相談しましょう。

【外来日】原則として毎週金曜日 午後2時～（祝日は除く）

【費用】60分まで5,000円、60分以上10,000円（税抜き・自費診療）

# 3. 自分らしい療養生活を考える

## ●治療を受けながら働きたい

がんになって仕事を続けるか辞めるかの決断は、本人の価値観や「生活の質（QOL）」に大きく関わる難しい問題です。一人で結論をいそがず、まずは相談しましょう。



治療しながら仕事を続けられるのだろうか  
体力がついていくだろうか  
会社に迷惑をかけないだろうか  
辞めさせられるんじゃないか

治療と仕事について「がん相談支援センター」に相談することができます。また就労支援の専門家による以下のような取り組みをしている病院等もあります。いずれも相談料は無料です。

施設名	取り組み内容	開催日時
四国がんセンター	愛媛産業保健総合支援センター両立支援促進員(社会保険労務士)による就労相談	第1金曜、第3水曜(予約制) 10:00～13:00
	ハローワーク松山就職支援ナビゲーターによる就職相談	毎週水曜(予約制) 10:00～15:00
愛媛大学医学部 附属病院	社会保険労務士による就労相談	毎週水曜(予約制) 9:00～15:00
愛媛県立中央病院	愛媛産業保健総合支援センター両立支援促進員(社会保険労務士)による就労相談	月～金曜(予約制) 8:30～17:00
松山赤十字病院	キャリアコンサルタントによる就労支援相談	毎月第4金曜 9:30～12:30
松山市民病院	ハローワーク松山就職支援ナビゲーターによる就職相談	第3木曜 10:00～15:00
済生会今治病院	社会保険労務士またはキャリアコンサルタントによる相談支援	月1回(予約制) 11:00～15:00
愛媛労災病院	ハローワーク新居浜就職支援ナビゲーターによる就職相談	毎週月曜日 10:00～15:00
市立宇和島病院	キャリアコンサルタントによる就労支援相談	第4木曜 11:00～15:00
町なかサロン	キャリアコンサルタントによる就労支援相談	毎月第3日曜 平日13:00～15:00
愛媛産業保健 総合支援センター	治療と仕事の両立支援電話相談 089-915-1911 (社会保険労務士の対応は要予約)	平日8:30～17:15



## ●外見ケアについて(アピアランスケア)

治療によって脱毛、肌荒れ、爪の変化など、外見の変化が起こることがあり、人からどう見られているのか気になり、外出を控えてしまうなど悩むこともあると思います。外見ケア（アピアランスケア）は、単に外見を美しくするのではなく、その人らしく生きることをサポートし、社会と繋ごうというものです。

もし、外見の変化により辛い思いをしている場合は、がん相談支援センターにご相談ください。対応方法などを一緒に考えます。

※ウィッグや補整具の購入費助成を行っている自治体もあります。お住いの市町にご確認下さい。

### 【アピアランスケア用品の展示・相談実施施設】

施設名 展示場所	問い合わせ先	ウィッグ 展示	補整下着 展示	自由記載
四国がんセンター 患者・家族総合支援センター暖だん /院内美容室	平日9:00～16:00 患者・家族総合支援センター暖だん 089-999-1209	○ 試着可	○	人工乳房・乳首・パッド等の展示あり。ウィッグ・補整下着のメーカーアドバイザー定期訪問あり。
愛媛大学医学部附属病院 がん相談支援センター・総合診療サポ ートセンター/院内美容室	平日9:00～17:00 089-960-5261 089-960-5918	○ 試着可	×	ウィッグの無料レンタル不可、施設 し使用できない時間ありスタッフへ の声掛け要。
愛媛県立中央病院 外来化学療法室	平日9:00～17:00 がん相談支援センター 089-947-1165	○ 試着可	×	補整下着はサンプルが病棟にあり。 院内コンビニで販売あり。
松山赤十字病院 がん相談支援センター/ 化学療法センター/院内美容室	平日9:00～16:00 がん相談支援センター 089-926-9630	○ 試着可	×	ケアパンフレット、ウィッグマップ あり。補整下着、帽子は院内販売あ り。
市立宇和島病院 化学療法室/院内ヘアサロン	平日9:00～16:30 がん相談支援センター 0895-25-1111(代表)	○ 試着可	×	ウィッグの展示・試着、カタログあ り。補整下着のカタログあり。相談 対応可能。
住友別子病院 相談支援センター/外来・化学療法セ ンター/病棟	平日8:30～17:30 相談支援センター 0897-37-7133	○ 試着可	×	補整下着の試着は術後病棟で希望者 に対応しています。定期的にウィッ グアドバイザーの訪問があります。
愛媛労災病院 医療相談室	平日9:00～17:00 地域医療連携室 0897-33-6199	○ 試着可	×	ウィッグ、補整下着のパンフレットが ございます。ケア帽子、ケアキャップ を展示、売店にて販売しております。
済生会今治病院 外来化学療法室	平日8:30～17:00 0898-47-6048	○ 試着可	×	希望者は事前連絡要。ケア帽子展示 あり
済生会松山病院 外来化学療法室/院内売店	平日8:30～17:00 089-951-6111	○ 試着可	×	化学療法室にパンフレットあり。売 店でケア帽子・ケアキャップ販売
HITO病院 外来化学療法室/院内売店	平日9:00～17:00 第1・3・5土9:00～12:00 0896-29-5320			化学療法室、サポートセンターにパンフレットあり。売店 でケア帽子・ケアキャップ販売、毛付き帽子ラビスは注文 販売
市立八幡浜総合病院 外来化学療法室	月火水9:00～16:00 0894-24-2568			外来化学療法室にパンフレットとウィッグ・補整下着カタ ログあり、必要時がん化学療法看護認定看護師が相談対応。
十全総合病院 入退院支援センター	平日8:45～17:30 第1・3・5土8:45～12:30 0897-33-1818(代)			商品展示はないがサンプル品の試着可能、パンフレットを 用いての情報提供は可能。
NPO法人愛媛がんサポート おれんじの会 町なかサロン	平日10:00～16:00 089-997-7638			ウィッグの無料レンタル可能。 (できれば事前予約をお願いします)



## ●住み慣れた自宅での生活をつづけるために

がんになってもあなたらしく暮らせるよう、住み慣れた自宅での療養生活を支えてくれる医療スタッフや福祉サービスがあります。

在宅での治療や療養生活に移行する場合、今かかっている病院の主治医と在宅医などが患者さんの情報を共有し、連携しながら患者さんやご家族を支えます。

お住まいの地域によっては在宅緩和ケアコーディネーター\*が地域の医療機関などの連携調整を行います。(愛媛県在宅緩和ケア推進協議会サイト参照)

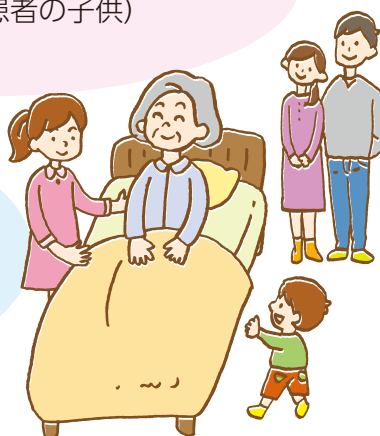
かかりつけの病院の医療スタッフやがん相談支援センターにご相談ください。お住まいの地域に合わせて、自宅療養を支える体制を一緒に考えます。

\*在宅緩和ケアコーディネーターとは

大洲、八幡浜、宇和島、今治、西条地区において、がん治療を実施する病院と地域の在宅医、訪問看護師、ケアマネジャーなどと連携を図り、療養生活をサポートしてくれる人です。(※他地区においても準備中です)




親子でこんなに沢山話ができて、一緒に過ごす事が初めて出来ました。(70代患者の子供)

大きな医療機関と地域の診療所が連携してくれて自宅療養ができました。とても安心して自宅で過ごせています。(50代患者)



## ●在宅療養生活を支える制度、サービス

<p><b>介護保険</b></p>	<p>在宅療養で、身の回りの世話や入浴の介助、ベッドや車イスなどの福祉用具が必要になった時、介護保険認定を申請できます。 40歳以上の方で介護保険の認定を受けると、介護度に応じて介護サービスを総費用の1～3割の自己負担で利用することができます。</p>
<p><b>若年がん患者 在宅療養 支援事業</b></p>	<p>20歳以上40歳未満の患者さんで、助成対象に該当する方は介護サービスや福祉用具利用など、在宅療養に必要な費用の一部助成が受けられます。 ※一部実施していない市町もあります。</p>
<p><b>訪問診療 訪問看護</b></p>	<p>痛みのコントロールや点滴などの医療的処置を含めて、医師や看護師がご自宅まで訪問し療養生活を支えてくれます。病院の主治医とも連絡を取り合ってくれるので安心です。</p>
<p><b>訪問リハビリ テーション</b></p>	<p>理学療法士や作業療法士などがご自宅に訪問し、日常生活の自立を助けるためのリハビリや、自宅の環境を整えるアドバイスを受けることができます。</p>
<p><b>民間サービス による サポート</b></p>	<p>介護保険などの公的サービスで不足する部分を補うことができます。車イスやストレッチャーのまま移動できる介護タクシーや身の回りの世話や家事援助、食事の宅配などがあります。</p>

参考情報	内 容
<p><b>えひめ医療情報ネット</b> 運営：愛媛県</p>	<p>愛媛県内の医療機関を探すことができます</p> 
<p><b>愛媛県在宅緩和ケア推進協議会</b> 運営：愛媛県</p>	<p>愛媛県内の在宅緩和ケア推進地域の在宅医療、療養サポート情報を検索できます</p> 
<p><b>介護サービス情報公表システム</b> 運営：厚生労働省</p>	<p>介護保険サービスを提供している事業所やサービス内容などの検索ができます</p> 

## ●療養中の上手な食事のとりかた

食事は「楽しく、おいしく」が基本です。がんばりすぎず「食べられそうなときに」「食べられるもの」から食べましょう。

食べる時間や量、栄養バランスを守ることに、あまり神経質にならなくても大丈夫です。医師から特別な指示があるとき以外は、無理をしないで体調に合わせて食事を取りましょう。市販の栄養補助食品や配食サービスなどを利用したり、食べやすい献立や調理方法など栄養士に相談したりするのもよいでしょう。

体に良いものを取りたい、病気に悪いものを避けたいと思うあまり、特定の食品ばかり摂取したり、避けたりする極端な食事療法はお勧めできません。

食事の内容によってがんが進行したり、治療経過に影響したりすることはほとんどありません。バランスのよい食事を心がけましょう。



### 民間療法について

現代西洋医学ではまだ科学的に検証されていない医療や療法の総称です。気功や鍼灸などの東洋医学、アロマセラピー、食事療法など多くあります。

残念ながら、現時点では「がんが治る」など効果を示したものは1つもありませんが、気分が落ち着き、体調がよくなるなど自分に合うものが見つかることもあります。

利用するときは、十分正しい情報を集め、どのように向き合い、利用したら良いのかを冷静によく考えた上で、主治医に事前に相談しましょう。

参考情報	内容
統合医療情報発信サイトeJIM 運営：厚生労働省	民間療法をはじめとする相補（補完）・代替療法と、どのように向き合い、利用したらよいのかどうかを考えるために、エビデンス（根拠）に基づいた情報を紹介しています。





## ●大切な人たちと過ごすために

### 患者さんを支える方のために

がんは患者本人だけでなく、患者さんを支える方にとっても大変つらい体験です。

患者さんを支えることに一生懸命になり、自分自身をいたわることを忘れて心や体の疲れが出ることがあります。


つらい時は1人で抱え込まず周囲に相談してみましょ。サロンに参加したり、がん相談支援センターに相談したりするのもいいでしょう。

### 子どもへ病気を伝えるとき

『病気のことを子どもに話すべきか』『どう伝えたらいいだろうか』など、子どもへの対応は誰もが悩みを抱えています。

親が病気のことを伝えていなくても、子どもはいつもと違う何かが起こっていることに気づき、不安を感じてしまうこともあります。

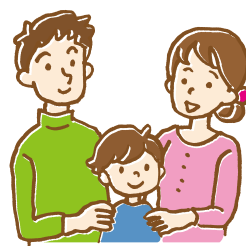
子どもの年齢や状況によりますが、事実を共有することでお互いに安心する場合があります。以下のサイトが参考になります。

参考情報	内 容
ホープツリー 運営：NPO法人Hope Tree	がんになった親をもつ子ども、その患者さんや家族のサポートサイトです。 

### 子どもの世話をする人がいないとき

外来受診や入院、治療後の療養生活において子育てのサポートも必要です。

子どもの世話ができず面倒をみてくれる人もいない場合、保育所への一時預けやファミリーサポートセンター、入所では児童養護施設、乳児院などの支援制度があります。無理をしないで相談してみましょ。






## ●同じ経験をもつ人と話をしてみたい～患者サロン、患者会～


病気に向き合うとき、同じ経験をした人と話しをすることで、孤独感が緩和されることがあります。また療養生活を助ける知恵や工夫を共有することが出来ます。いろいろな交流の場を利用するのも、自分らしく病気に向き合うことを助けてくれる一つの方法です。

患者サロン	患者会・家族会
<p>同じ経験をした人同士で交流する場です。患者さん・ご家族等が無料で参加できます。医療関係者、ピアサポーター（患者や家族としての経験があり、一定の研修を受けた人）が中心になって活動しています。</p>	<p>同じ疾患をもつ患者さんが集まる会や、家族の会などがあります。がん診療連携拠点病院などでは「患者・家族会」の活動情報を持っている場合がありますのでお問い合わせください。</p>

### <患者さんの交流の場> ※開催日は変更する場合があります。お問い合わせください。

<p><b>患者・家族総合支援センター</b> (四国がんセンター内)</p> <p> 暖だん (だんだん)</p> <p>☎089-999-1209 月曜～金曜9:00～16:00</p>	 <p>暖だんのゆるキャラ だんだんちゃん</p> 
<p>愛媛県在宅がん医療推進事業により整備された、愛媛県の患者さん・ご家族のための交流や情報収集のためのセンターです。患者サロンや各種イベントの開催、図書コーナーなどがあります。どなたでも自由に無料でご利用できます。</p>	

### <地域で開催されているサロン>

<p><b>がんと向き合う人のための町なかサロン</b> 松山市末広町17-9</p> <p>運営：NPO法人愛媛がんサポートおれんじの会</p> <p>☎089-997-7638 月曜～金曜10:00～15:00</p>	
<p>いつでも立ち寄ることができる院外のサロンで、ピアサポーターが対応しています。病気への不安や副作用対策など経験者同士で語り合える場です。週末には部位ごとの集まりや、家族の会、仕事の相談なども実施。若年世代の会「EAYAN (い～やん)」も活動中。愛媛県の補助金を受け運営しています。</p>	

# <がん診療連携拠点病院・推進病院で開催されているサロン>

※開催日時は変更する場合があります。お問い合わせください

<p>四国がんセンター 089-999-1209</p>		<p>愛媛大学 医学部附属病院 089-960-5261</p>	
<p>ひまわりサロン 第3 木曜13:30～15:00</p> <p>がん哲学外来坂の上の雲暖だんカフェ 毎月1回13:30～15:00</p>		<p>あいほっとふれあいサロン 第2 金曜13:00～14:30</p>	
<p>松山赤十字病院 089-926-9630</p>		<p>愛媛県立中央病院 089-947-1165</p>	
<p>クロス・ステーション 第4 金曜14:00～15:30</p>		<p>みきゃんサロン 第2 水曜14:00～14:45</p>	
<p>済生会松山病院 089-951-6111</p>		<p>済生会今治病院 0898-47-6048</p>	
<p>コスモスの会 奇数月第4 木曜13:30～15:00</p>		<p>なでしこサロン 第4 木曜13:30～15:30</p>	
<p>住友別子病院 0897-37-7133</p>		<p>四国中央病院 0896-58-3515 (代表)</p>	
<p>患者サロンさくらの会 第3 金曜14:00～16:00</p>		<p>顔晴れサロン 偶数月第4 金曜14:00～16:00</p>	
<p>愛媛労災病院 0897-33-6191</p>		<p>HITO 病院 0896-29-5320</p>	
<p>あいろうサロン (疾患別) 毎週金曜14:00～15:00</p>		<p>HITO サロン 偶数月第2 月曜14:00～15:00</p>	
<p>市立宇和島病院 0895-25-1111 (代表)</p>		<p>市立八幡浜総合病院 0894-24-2568</p>	
<p>さくらサロン 第4 水曜13:30～15:30</p>		<p>八幡浜おれんじサロン 偶数月第1 金曜13:30～15:00</p>	

# 4. 気になるお金のこと

## ●医療費の負担を減らしたい

制度	概要	窓口
高額療養費制度 限度額適用認定証	1カ月間に支払った医療費が自己負担限度額を超えた時、公的医療保険から払い戻される制度です。 事前に「限度額適用認定証」を医療機関に提示すると、自己負担限度額までの負担ですみます。	加入している 公的医療保険
高額医療・高額介護 合算療養費制度	世帯における1年間に支払った医療費と介護費の合計が、所得区分に応じた基準額を超えた場合、申請により戻ってきます。	市町介護保険 担当窓口 加入している公的 医療保険
ひとり親家庭 医療費助成	18歳(障害がある場合は20歳)までの子がいるひとり親家庭の、親と子の医療費負担を軽くする制度です。所得条件があります。	市町ひとり親家庭 医療担当窓口
小児慢性特定疾病の 医療費助成制度	小児がんを含む特定疾病治療にかかった費用を助成する制度です。 所得に応じて一部自己負担金があります。	住居地保健所
肝がん・重度肝硬変 治療研修促進事業	B型、C型肝炎ウイルスによる肝がん・重度肝硬変の治療にかかった費用を助成する制度です。 所得に応じて一部自己負担金があります。	住居地保健所
労働者災害 補償制度	病気の発症が業務に起因するものと認定された場合、医療費や生活補償などのさまざまな給付をうけることができます。	労働基準監督署
石綿健康被害 救済制度	石綿による病気を発症した方で労災補償の対象にならない方の救済を目的とした制度です。医療費や療養手当などが支給されます。	住居地保健所 又は (独)環境再生 保全機構

## ●療養生活で役立つ制度を知りたい

制度	概要	窓口
基本手当 (失業給付)	雇用保険の被保険者が離職した場合、条件はありますが求職活動中に経済的な支援を受けることができます。体調により、すぐに働けない場合は受給期間を延長できます。	住所地の職業安定所(ハローワーク)
身体障害者手帳	身体に障害がある方の日常生活の不自由を補うための制度です。 人工肛門の手術や喉頭部摘出手術を受けた方も対象になります。 手帳を提示することで各種控除や福祉サービスが受けられます。	市町の障害福祉担当窓口
重度心身障害者(児)医療費助成制度	心身に重度の障害がある方(概ね身体障害者手帳1・2級)の医療費の負担を軽くする制度です。 自治体により条件が異なる場合があります。	市町の障害福祉担当窓口
障害年金	病気や治療で障害が残った方に年金を支給する制度です。 人工肛門の手術や喉頭部摘出手術を受けた方、日常生活や仕事に制限がある場合に受給できることがあります。	障害基礎年金： 市町年金窓口 障害厚生年金： 年金事務所 障害共済年金： 加入共済組合
確定申告による医療費控除	本人または家族が1年間に支払った医療費の合計が一定の金額を越えた場合、申告すれば税金が還付されます。 申告には医療費などの領収証が必要です。	住居地の税務署



制度	概要	窓口
生活福祉資金 貸付事業	療養に必要な経費や生活費など必要な経費として貸付が受けられます。対象は低所得世帯、障がい者世帯、65歳以上の高齢者の属する世帯等です。	住所地の 社会福祉協議会
生活保護制度	治療のため働くことができず、他の制度を活用しても経済的に困難な状況になった場合、申請を考えることも選択肢の一つです。制度利用には様々な条件があります。	市町の 生活保護担当窓口

ここに掲げた制度以外にも、もしかしたら利用できる制度があるかもしれません。お近くのがん相談支援センターまでお気軽にお尋ねください。

## ★愛媛県内の年金事務所

名称	住所	電話
新居浜年金事務所	新居浜市庄内町1-9-7	0897-35-1300
今治年金事務所	今治市別宮町6-4-5	0898-32-6141
松山東年金事務所	松山市朝生田町1-1-23	089-946-2146
松山西年金事務所	松山市南江戸3-4-8	089-925-5105
宇和島年金事務所	宇和島市天神町4-43	0895-22-5440

## ★愛媛県内の保健所

名称	住所	電話
四国中央保健所	四国中央市三島宮川4-6-55	0896-23-3360
西条保健所	西条市喜多川796-1	0897-56-1300
今治保健所	今治市旭町1丁目4-9	0898-23-2500
松山市保健所	松山市萱町6丁目30-5	089-911-1800
中予保健所	松山市北持田町132	089-941-1111
八幡浜保健所	八幡浜市北浜1-3-37	0894-22-4111
宇和島保健所	宇和島市天神町7-1	0895-22-5211

患者必携 地域の療養情報  
**がんサポートブックえひめ**

発 行 日：2014年 3月（第1版）  
2016年 3月（第2版）  
2019年 3月（第3版）  
2022年 6月（第4版）

編著・発行：愛媛県がん診療連携協議会



愛媛県がん診療連携協議会