

第2部 がんについて相談したい



1. がん相談支援センター（がん治療や療養生活全般の相談窓口）

がん相談支援センターでは患者さんやご家族、地域の方々にご利用いただけるように、専門の相談員が、がんに関する情報を提供したり、がんの治療や療養生活全般のさまざまな相談にお応えします。相談内容に応じて、院内外の専門家と連携を図ります。（専門医や看護師、薬剤師、栄養士、かかりつけ医、ケアマネジャー、訪問看護師等）かかりつけの病院かどうかは問いません。その病院にかかっていなくても、誰でも無料で相談できます。たとえば…こんなときには、がん相談支援センターにご相談ください。

・がんのこと治療のことをもっと知りたいとき

「がんと言われたけど説明がよく分からなかった…」

「がんの一般的な情報が知りたい」「副作用が心配」

・気持ちを話したいとき

「診断を受けて頭が真っ白に」「話を聞いてもらいたい」

「子供に病気のことをどう伝えたらいいの？」

・家族が、がんと言われたとき

「本人にどう接したらいいかわからない」



・セカンドオピニオンを受けたいとき

「セカンドオピニオンと言われたが意味が分からない」

「先生に相談しづらい」

・在宅療養について知りたいとき 「今後の生活が不安で…」

・医療費のことが知りたいとき、経済面で悩んでいるとき

「抗がん剤にお金がかかって…」 「入院費ってどれくらいかかるのか知りたい」

「仕事のことが心配」

・緩和ケアについて知りたいとき

「緩和ケアって何ですか」

島根県内のがん相談支援センター設置場所

医療機関名	電話番号	相談時間
島根大学医学部附属病院	0853-20-2518	平日(月～金)9:30～17:00
松江市立病院	0852-60-8083	平日(月～金)9:00～17:00
松江赤十字病院	0852-32-6901	平日(月～金)8:20～16:50
島根県立中央病院	0853-30-6500	平日(月～金)9:00～16:00
浜田医療センター	0855-28-7096	平日(月～金)9:00～17:00
益田赤十字病院	0856-22-1480 (内線167)	平日(月～金)9:00～16:00

がん相談Q & A

がん相談支援センターには、がんのこと、治療のこと、今後の療養生活のことなど、さまざまな相談が寄せられます。

がん相談員が患者さんやご家族と一緒に考え、気持ちと暮らしを支えます。

- 主治医から、手術はできないので、化学療法を勧められた。本当に手術ができないのか、別の医師の意見を聞きたい。

[お答え]

第2の意見を聴く方法としてセカンドオピニオン（P29）があります。主治医へセカンドオピニオンを受けたいことを伝え、病状やなぜその治療を勧められるのか、もう一度話を聞くことが大切です。

- 入院で抗がん剤治療をした。次回からは外来で治療をするようになった。高額なお金がかかると聞いたが、一体いくらかかるの？この治療がいつまで続くかわからないのに…。何か良い方法は？

〔お答え〕

治療内容によって、医療費が高額になる場合があります。70歳未満の患者さんは高額療養費の限度額適用認定証の提示によって1ヶ月の医療費が自己負担限度額までの支払いとなります。【P42「医療費の負担を減らしたい」欄参照】

- できるだけ、自宅で過ごしたい。自宅は病院と違って、医師や看護師が近くにいないことが不安。何かあったときにどうしたらいいのか、わからない。

〔お答え〕

家での療養に不安があるときは、かかりつけ医等の往診や訪問診療、訪問看護を利用することができます。入院中から、かかりつけ医・訪問看護師・ケアマネジャー等と連携し、支援体制を整えます。【P52「自宅での療養を続けたい」欄参照】

- がんの手術をすることになった。実際に治療を経験された患者さんの話を聴きたい。

〔お答え〕

患者さん同士の話ができる場として、病院などに「患者サロン」があります。

また、ピアサポーターによる相談会をがん診療連携拠点病院などで開催しています。気軽に参加してみてください。

【P36「がん体験者と話がしたい」欄参照】

- 休職中。今は有給休暇があるけど、収入がなくなれば、治療費も払えなくなってしまう。

〔お答え〕

会社にお勤めで、健康保険に加入されている方には傷病手当金が1年6ヶ月間支給されます。その間、治療に専念することができます。【P45「傷病手当金」欄参照】

- 夫が抗がん剤治療中。私にできることは、できるだけ食べやすい食事を作ること。でもなかなか食べてもらえなくて心配。

〔お答え〕

食事がとれないことを、主治医や看護師にきちんと伝えましょう。栄養士から、食べやすい食事についてアドバイスを受けることもできます。

- 外来で化学療法を受けることになる。その度に仕事を休まなければならない。職場の理解が得られるのか心配。

〔お答え〕

お一人で悩まずに、職場の上司や人事の担当等へ相談をしましょう。職場の担当者に理解してもらうために、病院の医療スタッフからきちんとした情報を伝えるための機会を設けることもできます。

- 抗がん剤治療で、外見の変化（脱毛・爪の変化、色素沈着）が起こるといわれた。どうすればいいの？

〔お答え〕

抗がん剤の種類によって、さまざまな副作用が出現する可能性があります。

ケアの方法で気がかりある時には、医療スタッフに確認していただくことで安心につながります。外見ケアをすることによって、あなたらしい生活を送りましょう。

- がんになったら、仕事をやめなければならないの？ がん治療と仕事を両立したいけど、できるのだろうか。治療が落ち着いたので復職したいが、自信がない。…など、働くことについて不安がある。

〔お答え〕

ハローワーク就職支援ナビゲーターや社会保険労務士に相談してみませんか。がん相談支援センターでは、就労相談にも対応しています。



2. がん体験者と話したい

(1) がんサロン・がん患者団体

県内には、がん患者間の交流や情報交換を目的とした患者団体があるほか、がん患者や家族、遺族の方々がお互いの療養体験を語り、励まし合うとともに、情報交換や意見交換、学習会などを行うための交流の場である「がんサロン」が病院内や地域に開設されています。

がんサロン

(※平成28年12月現在、活動中のサロン)

圏域	名称・開催場所	開催日・サロン連絡先
松江	くつろぎサロン 松江赤十字病院内 (松江市母衣町200)	毎週水曜日 14:00~16:00 *第2水曜日はレディスデー TEL 0852-24-2111 (松江赤十字病院 川上看護師)
	ハートフルサロン松江 松江市立病院内 (松江市乃白町32番地1)	毎週火曜日 13:00~15:00 TEL 0852-60-8083 (松江市立病院がん相談支援センター)
	ふれあいサロン 松江生協病院内 (松江市西津田8-8-8)	毎月3回 第1、第3、第5木曜日 14:00~16:00 TEL 0852-23-1111(代表) (松江生協病院 医療福祉相談室)
	肺がんサロン「つどい」 国立病院機構松江医療センター (松江市上乃木5-8-31)	毎月1回 第1金曜日 14:00~16:00 TEL 0852-24-7671 (松江医療センター 地域医療連携室)
	電話サロン 松江生協病院内 (松江市西津田8-8-8)	毎月2回 第2、第4木曜日 14:00~16:00 TEL 0852-22-3217(直通) (松江生協病院)
	がん情報サロン (松江市西川津町748-6)	随時 TEL 0852-24-3926(富田)

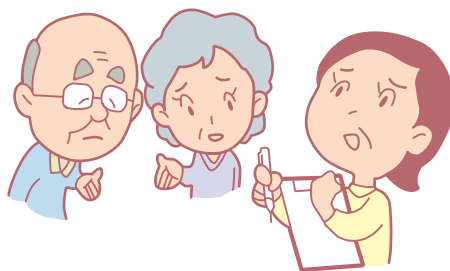
圏域	名称・開催場所	開催日・サロン連絡先
松江	サロンさくら 安来市立病院 (安来市広瀬町広瀬1931)	毎月1回 第3水曜日 14:00~15:00 TEL 0854-32-2121 (安来市立病院 看護部)
	雲南サロン陽だまり 雲南保健所内 (雲南市木次町里方531-1)	毎月2回 第2、第4木曜日 10:00~15:00 TEL 0984-42-9638 (雲南保健所)
雲南	雲南市立病院 院内サロンふれ愛 雲南市立病院 (雲南市大東町飯田96-1)	毎月2回 第2、4金曜日 13:30~15:30 TEL 0854-43-2446 (雲南市立病院 健康管理センター)
	奥出雲サロン「暖々」 奥出雲健康センター 町立奥出雲病院併設 (仁多郡奥出雲三成1622-1)	毎月1回 第1金曜日 14:30~16:00 TEL 0854-54-1124 (町立奥出雲病院地域医療室)
	飯南病院 患者サロンい~にゃん 飯南町立飯南病院 婦人科待合室 (飯石郡飯南町頓原2060)	毎月2回 第2、4火曜日 9:30~12:00 TEL 0854-72-0221 (飯南病院 看護部)
出雲	ほっとサロン 島根大学医学部附属病院内 (出雲市塩冶町89-1)	毎週月曜日 10:00~15:00 TEL 0853-20-2545 (島根大学附属病院 がん患者・家族サポートセンター)
	なごやかサロン 県立中央病院内 (出雲市姫原町4丁目1番地1)	毎月2回 第2、第4金曜日 13:00~15:00 TEL 0853-30-6500 (島根県立中央病院 地域医療連携室)
	ほっとサロンふらた 出雲市立総合医療センター内 (出雲市灘分町613)	毎週水曜日 10:00~12:00 TEL 0853-63-5111 (出雲市立総合医療センター内 ほっとサロン「ふらた」)

圏域	名称・開催場所	開催日・サロン連絡先
出雲	伊野こみこみサロン 伊野コミュニティセンター (出雲市野郷町492-5)	毎月1回 第3火曜日 10:00~12:00 TEL 090-4572-1443(多久和)
大田	がんサロンおおだ ゆきみーる内 (大田市大田町大田イ370)	毎月1回 第1土曜日 10:00~12:00 TEL 0854-82-7345(三宅)
	ひまわりの会 (大田市内)	毎月1回 第2水曜日 13:30~15:30 TEL 090-9061-1374(塩谷)
	おおなん元気サロン 健康センター「元気館」(奇数月) (邑智郡邑南町淀原153-1) 邑智病院内研修棟(偶数月) (邑智郡邑南町中野3848-2)	毎月1回 第3火曜日 9:30~11:30 TEL 0855-83-1123 (邑南町瑞穂支所) TEL 0855-95-2111 (邑智病院地域連携室)
浜田	ほっとサロン浜田 国立病院機構浜田医療センター内 (浜田市浅井町777-12)	毎月4回 第1、第2、第3、第4水曜日 13:00~15:30 TEL 0855-27-4151(平岳)
益田	益田がんケアサロン 益田赤十字病院内 (益田市乙吉町イ103-1)	毎週火曜日13:00~15:00 TEL 0856-22-0772(納賀)
	ほっとサロン益田 益田赤十字病院内 (益田市乙吉町イ103-1)	毎週火曜日13:00~15:00 TEL 0856-22-1480 (益田赤十字病院)
	ケアサロン津和野 津和野共存病院内 (鹿足郡津和野町森村口141)	毎月1~2回 (健康教室に併せて開催) 11:00~12:00 TEL 0856-72-0660 (津和野共存病院 医療介護連携室)

圏域	名称・開催場所	開催日・サロン連絡先
益田	吉賀町「ゆめサロン」 吉賀町保健センター内 (鹿足郡吉賀町六日市582番地1)	毎月1回 第3土曜日 13:30~15:00 TEL 0856-77-1165 (吉賀町役場保健福祉課 山本保健師)
隠岐	サロン隠岐たんぼぼ 隠岐病院内 (隠岐の島町城北町355)	毎月2回 毎月1日16日 14:00~16:00 1月1日、8月16日は休み TEL 08512-2-1356 (隠岐病院)
	西ノ島町がんサロンすまいる 島前集合庁舎隠岐保健所内 2階 (隠岐郡西ノ島町大字別府字飯田56-17)	随時 TEL 09514-7-8121 (隠岐保健所)

がん患者団体

名称	連絡先
あけぼの会島根支部(乳がん)	TEL 0852-22-7313(小泉)
公益社団法人 日本オストミー協会島根県支部	TEL 0853-53-4687(岩谷)



(2) がんピアサポーター

ピアは「仲間」、サポートは「支える、援助する」という意味をもちます。がんのピアサポーターとは、がんの治療体験者が、がんの正しい知識などを身につけ、自分の体験を活かし、“同じ立場で”がん患者さんをサポートする人のことをいいます。

「体験者になら話してみようか、この不安。

体験者なら解ってもらえるかな、この辛さ」

- ・ がんと言われて不安な気持ちを誰かに聞いてもらいたい…
- ・ 家族や職場にはどう話したらいいのだろう…
- ・ 再発への不安な気持ちは、家族には言えない…

以上のような、家族や医療者には話しにくい内容でも、がん体験者ならしっかりと話を聴きながら、共感し、どうすればいいか、一緒に考えてくれるでしょう。

養成研修を修了したピアサポーターが、プライバシーをしっかりと守り、相談者と1対1、または1対2で対応します。

相談は無料です。

県内のがん診療連携拠点病院などで「がんピアサポート相談会」を開催しています。

詳細については、下記までお問い合わせください。相談会の日程はホームページにも掲載しています。

問い合わせ先

がん患者・家族サポートセンター（島根大学医学部附属病院内）

TEL：0853-20-2545

<http://www.med.shimane-u.ac.jp/hospital/gansapo/>