

身近な人が がんになったとき

地域・職場・学校で役立つがんの知識と情報



がんになっても安心して暮らせる社会を目指して

はじめに

この冊子は、がんの患者さんとそのご家族の周りにいらっしゃる方のために作成しました。具体的には、がんの患者さんやご家族と同じ職場で働いている人、学校の先生、友人、親族、地域の方などに読んでいただきたいと思います。

あなたの身近にいる人が「がんという病気を抱えている」と知ったとき、あるいは「家族としてがん患者さんを支えている」と知ったとき、どのように接したらよいのか、迷い戸惑うことがあるかもしれません。

あるいは、「何か自分にできることはないだろうか」と、思うこともあるかもしれません。

この冊子「身近な人ががんになったとき」は、あなたの周りのがん患者さんやそのご家族と接するためのヒントをまとめました。この冊子が、その手助けになれば幸いです。

まだ今は、この冊子が必要ないと感じる方もいるかもしれませんが、いつかこの先必要になったときに、また手に取って読んでみてください。また、周囲にがんの知識と情報を必要とする人がいたら、ぜひこの冊子をご紹介ください。

目次

はじめに

1. がんについて知っていただきたいこと …………… 1
2. 患者さんにご家族の心と体に起こること …………… 9
3. 身近なあなたに心掛けていただきたいこと …… 13
4. 職場の人ががんになったとき …………… 17
5. 子どもががんになったとき …………… 20

患者さんやご家族の
身近な方の手記

患者さんの手記

ご家族の手記

患者さんやご家族、それらの方と
関わった経験のある方の体験談をもとにした
手記を掲載しています。

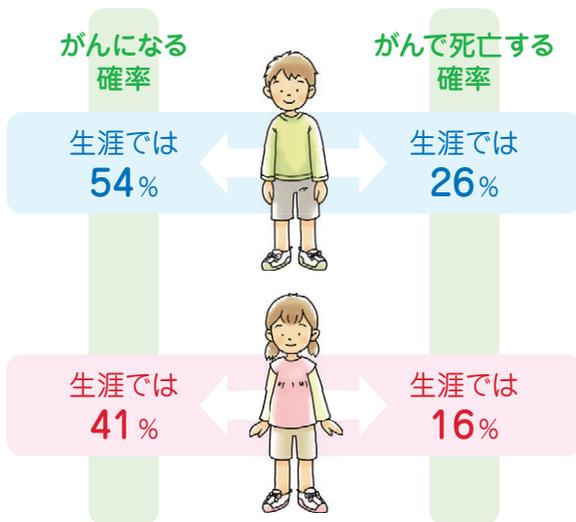


1. がんについて知っていただきたいこと

1 基礎知識

◆誰でもなる可能性がある

現在日本人は、一生のうちに、2人に1人は何らかのがんにかかるといわれています。がんは、このように全ての人にとって身近な病気です。



2005年データに基づく累積罹患リスク および 2009年データに基づく累積死亡リスク
国立がん研究センターがん対策情報センター

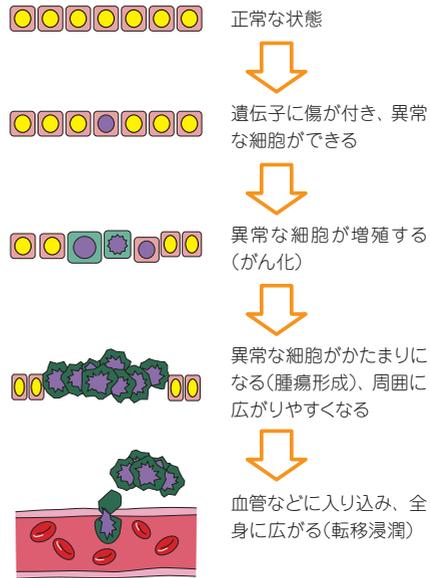
◆ 予防できるけれど完全には防げない

がんは、禁煙や食生活の見直し、運動不足の解消などによって、「なりにくくする(予防する)」ことができる病気です。

しかし、それらを心掛けていても、がん「にならないようにする」ことはできません。

◆ がんができる仕組み

人間の体は、多くの細胞からできています。体には、傷ついた遺伝子を修復したり、異常な細胞の増殖を抑えたり、取り除く仕組みがあります。しかし、異常な細胞が監視の目をすり抜け、無制限にふえて別の部位に転移するなどして、体を弱らせてしまうことがあります。それが、がんという病気です。



◆ うつる病気ではない

がんは、遺伝子が傷つくことによって起こる病気です。がんという病気自体が人から人に感染することはありません。

一部のがんでは、ウイルス感染が背景にある場合がありますが、がんになるまでには、それ以外にもさまざまな要因が、長い年月にわたって関係しています。

2 検査と治療

◆検査と診断にかかる時間は、必要な時間

多くの場合、治療を開始するまでには時間がかかります。がんを正確に診断するためには、詳しい診察と検査が必要だからです。

がんの治療では、「治療の効果を最大に得ること」と同時に、「体への負担を最小限にすること」が重要です。多くの検査とそれにかかる時間は、適切な治療を行うために必要なものです。

◆がんの治療は3種類+緩和ケア

がんの治療方法は、手術と抗がん剤治療と放射線治療の3つがあります。がんの種類にもよりますが、いくつかを組み合わせる行うのが基本です。

また、がんそのものに対する治療に加えて、がんに伴う体と心のつらさを和らげる緩和ケアを同時に行います。

手術

がんを外科的に切除します。切除する範囲を小さくしたり、手術方法を工夫したりすることによって、体への負担を少なく、治療後の合併症を最小限にするように手術の方針が決められます。

患者さんの状態や手術の方法により、入院期間は大きく異なりますが、最近は入院期間が



短くなる傾向にあります。術後の回復が順調であれば、退院して外来通院で経過をみることも一般的になってきています。必ずしも「退院=完治」ではないことを心にとどめておいてください。

薬物療法(抗がん剤治療)

化学療法、ホルモン療法(内分泌療法)、分子標的治療、分化誘導療法などが含まれます。薬物を使ってがん細胞の増殖を抑える治療です。



通常、抗がん剤はのみ薬や点滴・注射によって投与します。腕などの細い血管に針を刺すこともありますが、首の太い血管(中心静脈)にカテーテルと呼ばれる細い管を通して薬を入れたり、ポートという装置を皮膚の下に埋め込んで、

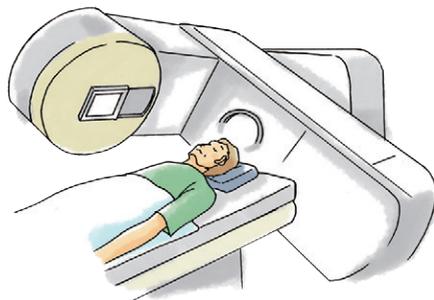
必要なときに薬を入れることもあります。また、がんがある臓器に直接薬を投与することもあります。

いずれの場合も、薬を投与する日としない日を組み合わせて治療を行い、効果と副作用の様子をみながら継続します。入院で治療を行うこともありますが、最近では外来で治療を行うことも多くなってきています。外来で治療を行う場合は、薬の投与方法によって間隔は異なりますが、定期的な通院が必要です。



放射線治療

放射線を照射することによって、がん細胞の増殖を抑えます。放射線治療の利点は、手術で体に傷を付けることなく、がんを小さくする効果を期待できることです。がんの種類によって放射線治療の効きやすさや治りやすさは大きく異なります。



多くの場合、1週間に5日の治療を数週間にわたって行います。通院で放射線治療を行う場合には、平日は毎日通院することになります。

もっと詳しく知りたい人のためのコラム

●「標準治療」は最善の治療

がんの治療は、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最もよい治療のことを「標準治療」といいます。標準治療は、手術、抗がん剤治療、放射線治療をそれぞれ単独で、あるいはいくつかを組み合わせた方法で行われます。ほとんどの種類のがんにおいて、手術、抗がん剤治療、放射線治療以外の方法（免疫療法や温熱療法、食事療法やサプリメントなど）は、科学的に有効性が確認されていません。多くの場合は「標準治療」を受けることが、最もよい選択です。

●先進医療と臨床試験

医療においては、「最先端の治療」が最も優れているとは限りません。先進医療と呼ばれているものは、前の項目で説明した「標準治療」ではありません。特殊な技術や設備を使用するため、実施できる施設が限られています。最先端の治療は、開発中の試験的な治療として、その効果や副作用などを調べる「臨床試験」で評価される必要があります。

臨床試験は、新しい治療法の安全性・有効性を調べるための試験です。その結果、これまでの標準治療より優れていることが確認できれば、その治療が新たな「標準治療」となります。

標準治療が確立していないときなどは、臨床試験への参加を検討することもあります。新しい治療法の効果が高いこともありますが、よいと思われていた新しい治療法が、実際にはそれほど効き目が高くなかったり、副作用などが強いことがわかったりすることもあります。

●がん診療連携拠点病院

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

専門的ながん医療の提供、ほかの病院や地域サービスとの連携体制の整備、および患者さんへの相談支援や情報提供などを担う役割があります。

●さらに詳しい情報を得たい場合は

インターネットを活用するとさまざまな情報を得ることができます。インターネット上の信頼できる情報源については、「**3** 信頼できる情報と窓口」をご参照ください。

3 信頼できる情報と窓口

インターネットなどが普及し、がんに関する情報が容易に得られるようになった反面、たくさんの情報に混乱してしまう人も少なくありません。また、患者さんやご家族の不安に付け込んだ有害な情報もあります。情報の利用の仕方によっては、患者さんやご家族の人生を左右するかもしれません。

望まれていないにもかかわらず、あなたが情報やサポートを押し付けることは禁物です。しかし、患者さんやご家族が困ったり、間違った情報に影響されていると感じたときには、以下に示すような信頼できる情報源や相談窓口を紹介してください。

◆がんについての基本的な情報を知りたいとき

「患者必携 がんになったら手にとるガイド」

がんと診断されて間もない患者さんやご家族を対象に、病気が治療、療養生活について基本的なことをまとめて解説しています。患者さんが理解したことや知りたいことなどを書きとめられるページもあります。



編著：国立がん研究センターがん対策情報センター

発行：株式会社学研メディカル秀潤社
2011年3月

ISBN：978-4-7809-1036-0

がん情報サービスのウェブサイト
(<http://ganjoho.jp/>)から全てのページ

を閲覧、印刷できます。スマートフォン専用のアプリも無料配信しています。また、全国の書店にて購入することもできます。

◆幅広く情報を得たいとき

- がん情報サービス

国立がん研究センター
がん情報サービス <http://ganjoho.jp/> **ganjoho.jp**

- がん情報サービス 携帯版

<http://ganjoho.jp/m/>（携帯電話専用アドレス）



◆がんについて相談したいとき

がんに関する質問や相談は、**相談支援センター**でお応えします。相談支援センターとは、全国のがん診療連携拠点病院に設置されている「がんの相談窓口」です。患者さんやご家族だけでなく、どなたでも無料でご利用いただけます。

相談支援センターでは、がん専門の相談員として研修を受けたスタッフが常駐しています。信頼できる情報に基づいて、必要な情報を一緒に探したり、専門的な情報をわかりやすく解説したりと、がんの治療や療養生活の質問について、対面あるいは電話で相談することができます。また、相談の内容が、ご本人の了承なしに第三者に伝わることはありませんので、安心してご相談ください。

各地域のがん診療連携拠点病院や相談支援センターは、

▶「**がん情報サービス**」（<http://ganjoho.jp/>）から検索できます。

▶電話でもご案内しています。

「**患者必携サポートセンター**」

サポート
電話：0570-02-3410（ナビダイヤル）

平日（土日祝日を除く）10時～15時

*通信料は発信者のご負担です。また、一部のIP電話、PHSからはご利用いただけません。

2. 患者さんとご家族の心と体に起こること

◆がんと言われた患者さんの心の変化

がんという言葉は、心に大きなストレスをもたらします。場合によっては、今まで経験したことのないようなつらい状態におちいってしまう人もいます。



特に、がんと診断されたとき、がんが再発したとわかったとき、病状が進行したときなどは大きなショックを受け、しばらくの間は不安や落ち込みの強い状態が続きます。こういった気持ちの変化は、大きな衝撃から心を守ろうとする時に、よく起こる反応です。

そして、多くの場合は、時間の経過とともに今後の見通しを立てることができるようになり、前向きな気持ちになっていきます。

◆がんを治療することによって起こる体の変化

がんを治療するためには、手術が行われたり、抗がん剤や放射線が使われます。いずれもがんに対する治療効果が確認されている方法ですが、少なからず体には負担がかかります。

副作用や後遺症ができるだけ少なくなるように治療の方針が検討されますが、治療をしている間だけでなく治療が終わってからも継続することがあり、副作用や後遺症と折り合いをつけながら生活することが必要になることもあります。

こうした変化は身近にいるあなたにとって戸惑うことかもしれませんが、患者さんやご家族にとっても受け入れるのは簡単なことではありません。そのことを話題にしてほしい人もいれば、そうでない人もいます。大変かもしれませんが、患者さんやご家族とコミュニケーションをよくとり、温かく見守りましょう。

手術

手術によりがんのある部分を切除することによって、体の機能が損なわれることがあります。どのような合併症や後遺症が生じるかは、その術式（体のどの部分をどの程度どのように切除するかを決める方法）によって異なりますが、事前にある程度予想が可能です。

例えば、胃や腸などを切除した場合は、食事の量や回数に制限が必要になったり、腕や足を手術した場合は、運動が制限さ

れることがあります。皮膚を切開した部分には、創あとが残ります。

リハビリテーションを行うことで、失われた機能を手術前と同じ程度に回復できることもありますが、完全にもとに戻らないこともあります。家庭や職場、学校での活動において、変化を余儀なくされる場合もあります。

薬物療法(抗がん剤治療)

抗がん剤治療では、使用する薬剤の種類によって、どのような副作用がいつごろ生じるかを予測することができます。副作用を抑えるための薬を使いますが、抗がん剤治療によって起こる副作用の程度は個人差が大きいので、全ての人の症状に対応するのは難しいこともあります。

脱毛・皮膚の色が変化する・爪が黒くなる・手足の皮膚が乾燥する・むくみ・異常な食欲増進による肥満などは、外見からわかりやすい副作用です。こうした副作用に対応する方法としては、帽子をかぶる、ウィッグ(かつら)を着ける、サングラスやマスクをかける、夏でも長袖を着る、手袋をするなどがあります。

また、免疫力が低下し感染症にかかりやすくなる、体がだるくなる、強い眠気や吐き気を感じる、においに敏感になる、味覚が変わるなど周囲からはわかりにくい副作用も起こります。感染症にかかりやすい時期には、健康な人より風邪などの予防に気を付ける必要があります。感染のもとになる可能性がある花や植物、生の食べ物を避けなければならないこともあります。

放射線治療

放射線を正確に照射するため、治療の期間中は放射線を照射する部位やその近くの皮膚に、専用のペンで文字や印が描かれます。この印は、治療が終了すると数日で消えていきます。

放射線の治療中や治療直後は、疲れやすくなったり、気分が悪くなったり、吐き気を感じたり、皮膚に炎症が起こることがあります。放射線を照射した部位によっては、見る、聞く、味を感じるといった感覚に影響を与えることもあります。

ほとんどの副作用は治療が終了すると数週間で回復しますが、中には数年間続くこともあります。

◆ご家族にも患者さんと同じように配慮を

がんは患者さんご本人だけでなく、ご家族にとっても大きな衝撃です。家族にも、患者さんと同じかそれ以上の精神的な負担がかかることが、多くの調査で明らかになっています。

また、患者さんの身の回りの世話を誰がするのか、患者さんの家族内での役割を誰が代わって担うのか、治療費など経済的な負担をどうするのかなど、心理面、経済面、その他日常生活に大きな影響が生じます。

心身ともにつらい状態にある患者さんを間近でみているご家族は、自分のつらさを誰かに相談することをためらいがちです。また、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しまうことがあります。このため、ご家族に対しても、患者さんと同じような心のケアが必要になる場合もあります。

3. 身近なあなたに心掛けて いただきたいこと

◆がんについて正しく理解する

あなたの身近な人ががんになったのは、その人が何かをしたから、あるいは何かをしなかったからではありません。がんになる人とならない人がいる理由はわかっていません。

この冊子の「1. がんについて知っていただきたいこと」などを参考に、がんという病気について正しく理解し、間違った知識によって患者さんやご家族が傷つくことのないようにご配慮ください。

◆患者さんやご家族の価値観を尊重する

病気になってからの時間をどのように過ごすかは、その人の生き方や価値観によってさまざまです。

患者さんやご家族の考えが、あなたとは異なっていたとしても、患者さんやご家族が納得して過ごせることが重要です。

◆できるだけこれまでと同じように接する

がんという病気になることは、患者さんやご家族にとって大きな変化です。しかしそのために、人格が変わってしまったり、その人らしさが失われてしまうわけではありません。

多くの患者さんやご家族は、できるだけこれまでと同じように接してほしいと望んでいます。

患者さんの手記

友人といえる時間は、病気とは何の関係もない自分でいられる時間です。何でもない話をして、一緒に笑って、共に過ごすことで、「患者」としてではない、これまで通りの「自分」を取り戻せるような気がします。



◆患者さんやご家族から相談を受けたら、
相手の話に耳を傾ける

患者さんやご家族は、医師から説明を聞いたり、情報を集めたりして、納得のいく選択をしようとしています。しかし十分な説明を受け、さまざまな意見を聞いても、なかなか結論が出せなかったり、一度決断した後でも「これで本当によかったのだろうか」と思い悩んだりすることもあります。

このようなとき、医療者でも家族でもない、あなたのような第三者の意見を聞いてみようと思うかもしれません。患者さんやご家族から相談を受けたときは、相手の話に耳を傾けるように心掛けましょう。そして、どんなことが不安なのか、どんなことを迷っているのか、また、何を大切にしたいと思っているのかなど、患者さんやご家族が気持ちを整理できるようお手伝いください。

患者さんの手記

がんだとわかったとき、私だけでなく家族もとても混乱しました。私自身も悲しい気持ちでいっぱいだったのですが、家族の悲しみの深さを考えると、だんだんと家族に自分の気持ちを話すことができなくなってしまいました。

その時期は、友人が相談相手になってくれました。友人はいつも静かに話を聞いてくれ、私に寄り添ってくれました。彼女の支えは、私の生きるエネルギーでした。



◆お見舞いはまず確認してから

お見舞いに行きたいと思ったときは、まず患者さんやご家族にそのことを伝えましょう。入院している間は、検査や処置で忙しいことが多く、また退院してからも体調によっては、会ったり話したりできないこともあります。また、お見舞いの品を贈りたいと思ったときも、まず患者さんやご家族に確認しましょう。

体調がすぐれない時期には、「病気で弱った姿は見られたくない」「また元気になってから会いたい」と思う人もいます。体力的に余裕がないときは、患者さんにご家族だけで静かに過ごすことを望む人も多くいます。それらは全てその人の生き方であり価値観です。周囲で見守るあなたは、患者さんやご家族の思いを尊重しましょう。

患者さんの手記

治療をしているとき、ありがたいことに「お見舞いに行きたい」と連絡をいただきました。でも、思っていた以上に体調が悪く、気持ちも落ち込んでいたので、せっかく来ていただいても十分にお応えできないと思い、そのときは「お気持ちだけいただきます」とお断りしました。そして、治療が一段落したあと、私からあらためてご連絡しました。

本当に具合が悪いときは、冗談を言ったり、笑うこともできないので、かえって気を使わせてしまっては申し訳ないと思ったからです。



◆患者さんやご家族が都合に合わせて返信できる手段で連絡を

病気になってからも自分のことを気に掛けてくれる人がいると感じられることは、とてもうれしく力づけられることだったと、多くの患者さんやご家族が振り返っています。

電子メールや手紙など、患者さんやご家族が都合のよいときに返事ができる手段を活用しましょう。仕事の様子や仲間の近況などを、お伝えすることもよいでしょう。

ご家族の手記

母は、ふるさとの友人が送ってくれる手紙を楽しみにしていました。季節のこと、共通の知人の近況、懐かしい思い出など、ささやかな内容がとてもうれしそうでした。直接会うことはかなわなくても、手紙から十分気持ちが伝わっていたように思います。



4. 職場の人ががんになったとき

1 職場の同僚や部下の方へ

◆負担にならない範囲で気配りを

職場の同僚や上司ががんの治療を受けていることを知ったとき、また家族としてがん患者さんを支えていることを知ったときは、この冊子の「3. 身近なあなたに心掛けていただきたいこと」などを参考に、お互いに過度の負担にならない範囲で、コミュニケーションをとるように心掛けましょう。

特に、入院中のお見舞いや、職場復帰の直後などには配慮が必要です。

◆復職後も通院が続くことへの理解を

がんの種類や治療方法により違いはありますが、復職後も治療や経過観察のために定期的な通院が必要となる患者さんがほとんどです。

こうした状況は、仕事の分担や配慮すべきことがふえるなど、あなたにとってもストレスとなることかもしれません。しかし、職場の方がどのような態度を示すかによって、患者さんやご家族の状況は全く違うものになります。あなたの負担が大きくなりすぎてしまうことのないように、上司ともよく相談し、ぜひよき理解者となっていただきますようお願いいたします。

2 職場で管理や指導の立場にある方へ

◆必要に応じて人事担当者や専門家に相談を

就業している患者さんやご家族のために、多くの支援制度があります。また職場には、産業医や産業保健師など相談できる専門家がいます。患者さんやご家族だけでなく、あなた自身が困ったときも、そうした専門家の意見を聞いてみてください。

必要に応じて、人事部門や可能であれば同意を得た上で担当医とも連携し、配属や業務内容について調整が行なえるといいでしょう。患者さんやご家族の治療計画を確認し、無理なく通院できるよう配慮することも大切です。

◆就業規定や経済的な支援制度について情報提供を

将来的な不安を軽減するために、患者さんやご家族にとってだけでなくあなたにとっても、就業規定などの社内制度や事務手続きなどの手順をよく理解しておくことが重要です。

がんの治療は長期にわたることも多く、医療費の負担がとて大きくなることがあります。経済的な負担を軽減するための制度としては、高額療養費制度、傷病手当金などがあり、これらは職場で管理する健康保険と関わっています。必要に応じて人事部門や健康保険組合とも連携して、患者さんやご家族に情報提供をお願いします。

◆組織内での支援について疑問があれば相談支援センターへ

組織の規模や体制によっては、病気の療養に関する支援体制を整えることが難しい場合もあるでしょう。

上記のような経済的な支援制度や、組織として患者さん・ご家族にどのように対応していくかなど、わからないことや不安なことがあればお近くの相談支援センターにお問い合わせください。相談支援センターについては、8ページもご参照ください。

患者さんやご家族の 身近な方の手記

がんの治療のために休職していた自分の部下から、職場に復帰したいという連絡があったとき、会社としてどのように対応したらいいのか正直困りました。そこで、復職の前に本人と面談し、どのようなスタイルでの勤務を望んでいるのか、不安なことは何か、周りの人に対する希望はあるかなど、本人が望む職場環境とは何かについてよく話し合いました。

全ての希望に応えられたかどうかはわかりませんが、本人にも同僚にも働きやすい環境になったようです。



5. 子どもががんになったとき

1 小児がんについての基礎知識

◆小児がんとは

「小児がん」とは、子どもに起こるがんの総称です。大人には比較的少ない、骨・筋肉や神経などがん（肉腫）や、白血病、悪性リンパ腫などの血液・リンパのがんが多くみられます。

一般的に小児がんは発見が難しく、進行も速いのですが、大人のがんに比べて抗がん剤治療や放射線治療が効きやすいという特徴があります。技術の進歩により、治療成績が年々向上しています。

しかし、治療が長期にわたることが多いため、健康な子どもが成長の過程で体験する一般的なことや、同じくらいの年齢の子どもたちと接する経験が少なくなってしまうという問題もあります。

◆がんを治療している子どもとの関わり

がんを治療している子どもは、脱毛など外見がほかの子どもと異なる場合があります。特に幼い子どもはほかの人との違いを指摘することがよくありますが、それは時に相手を傷つけてしまうことがあるということを、大人からさりげなく伝えるとよいでしょう。

また、放射線治療を受けている場合には、照射部位のまわりの皮膚に文字や印が描かれます。友達と遊んでいる中で消えてしまい、治療の際に困ることもあります。治療のための大切な印であることを、大人からきちんと伝えましょう。

◆小児がんについてもっと知りたい方へ

がん対策情報センターが発行するがんの冊子「小児がんシリーズ」では、主な小児がんについてどのような治療を行うのかなど、基本的な情報を掲載しています。

(http://ganjoho.jp/public/qa_links/brochure/child.html)

2 同級生やそのご家族へ

◆がんになった子どもの状態を、みんなが理解できるように

同級生ががんの治療を受けているときには、この冊子の「1. がんについて知っていただきたいこと」や「3. 身近なあなたに心掛けていただきたいこと」などをご覧ください。患者さんやご家族が置かれている状況をみんなが理解できるように心掛けましょう。

年齢的にこの冊子の内容を理解することが難しいお子さんの場合は、ご家族がお子さんに理解できる範囲で話してみましましょう。正しい知識を伝えつつ、これまでと同じように接することができるよう促すことが大切です。

3 学校で子どもの指導に当たる方へ

◆相互に連携し、子どもを支える体制づくりを

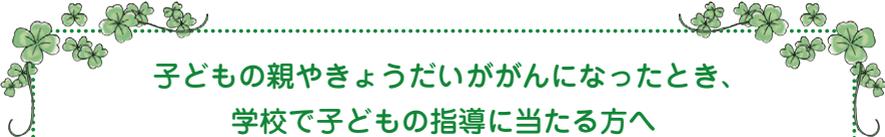
学校では、学習面だけでなく子どもの心身の成長・発達に関わるたくさんの課題と向き合う必要があります。心と体両方の支援が必要です。また、学校は子どもにとって社会との接点をもつ大切な場であり、そこでの配慮は子どもと家族の大きな安心に

つながります。

まずは子ども自身にがんの告知がなされているか、理解や受け入れの様子はどうかなど、ご家族に確認することから対応を始めましょう。定期的な通院に伴う登校の制限、体力や抵抗力の低下による運動制限や生活上の注意、必要な服薬の有無について確認しておくといいでしょう。担任や養護教諭、医療機関などがご家族と連携し対応について話し合うことが大切です。

◆子どものがんのことで迷ったら、まず相談支援センターへ

学校などで、がんになった子どもへの対応に迷ったときは、まず相談支援センターにご相談ください。必要な場合には、子どものがんを専門にしている機関などをご紹介します。相談支援センターについては、8ページもご参照ください。



子どもの親やきょうだいががんになったとき、 学校で子どもの指導に当たる方へ

家族の一人ががんになると、家族である子どもの生活は大きく変わります。親ががんになったときは言うまでもありませんが、きょうだいががんになった場合、親の関心のがんの子どもに集中してしまい、寂しい思いをすることがあります。

学校での生活の様子も変化があらわれることがあります。必要に応じて、子どもや親の話を聞く機会を設けたり、気持ちに耳を傾けるといいでしょう。また、学校行事への対応や進学相談、奨学金の紹介など、生活上の支援も子どもの支えになることがあります。

相談窓口一覧

●相談支援センター

「がん情報サービス」(<http://ganjoho.jp/>)から検索できます

電話でもご案内しています

「患者必携サポートセンター」

電話：0570-02-3410 (ナビダイヤル)

平日(土日祝日を除く) 10時～15時

* 通信料は発信者のご負担です。また、一部のIP電話、PHSからはご利用いただけません。

●公益財団法人日本対がん協会

<http://www.jcancer.jp/>

●公益財団法人がんの子どもを守る会

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

国立がん研究センターがん対策情報センター作成の冊子

がんの冊子

社会とがんシリーズ(3種)

身近な人ががんになったとき、相談支援センターにご相談ください、
家族ががんになったとき

各種がんシリーズ(34種) 小児がんシリーズ(11種)

がんと療養シリーズ(5種)

がんと心、がん治療と口内炎、がんの療養と緩和ケア
がん治療とリンパ浮腫、もしも、がんと言われたら

患者必携

がんになったら手にとるガイド*

別冊『わたしの療養手帳』

患者さんのしおり(『がんになったら手にとるガイド』概要版)

もしも、がんが再発したら*

全ての冊子は、がん情報サービスのホームページで、実際のページを閲覧したり、印刷したりすることができます。また、全国のがん診療連携拠点病院の相談支援センターでご覧いただけます。*の付いた冊子は、書店などで購入できます。そのほかの冊子は、相談支援センターで入手できます。詳しくは相談支援センターにお問い合わせください。

がんの情報を、インターネットで調べたいとき

近くのがん診療連携拠点病院や相談支援センターをさがしたいとき

◆◆がん情報サービス

<http://ganjoho.jp/>

国立がん研究センター
がん情報サービス

ganjoho.jp

携帯電話でも見てみたいとき

◆◆がん情報サービス 携帯版

<http://ganjoho.jp/m/> (携帯電話専用アドレス)



がんの冊子 社会とがんシリーズ 身近な人ががんになったとき

編集・発行 独立行政法人国立がん研究センターがん対策情報センター
印刷・製本 図書印刷株式会社

2012年10月 第1版第1刷 発行

「相談支援センター」について

相談支援センターは、全国のがん診療連携拠点病院に設置されている「がんの相談窓口」です。患者さんやご家族だけでなく、どなたでも無料でご利用いただけます。わからないことや困ったことがあればお気軽にご相談ください。

 全国のがん診療連携拠点病院は、「がん情報サービス 携帯版—病院を探す」で参照できます。

相談支援センターで相談された内容が、ご本人の了解なしに、患者さんの担当医をはじめ、ほかの方に伝わることはありません。どうぞ安心してご相談ください。

国立がん研究センター
がん対策情報センター

〒104-0045
東京都中央区築地5-1-1

より詳しい情報はホームページをご覧ください

国立がん研究センター
がん情報サービス

ganjoho.jp