

## こまった時は がん相談支援センターへ



聖路加国際病院 相談支援センター  
橋本久美子



## 「がん相談支援センター」

全国のがん診療連携拠点病院にある、がんに関する相談窓口です



がん診療連携拠点病院など全国 **454施設**  
小児がん拠点病院など **15施設**  
がんゲノム医療連携病院など  
(令和5年4月1日現在)

症状や治療  
生活全般  
仕事やお金  
心の悩み  
周りとの関わり方



看護師 ソーシャルワーカー 心理士

## お子様のがんの相談は？ 小児がん拠点病院 小児がん連携病院の がん相談支援センターへ

・小児がんに関する専門的な研修を受けた相談員がいます

どなたでも、どんなことでも  
その病院にかかっているだけでも  
対面・電話で相談できます  
無料で相談できます



小児がん拠点病院 (令和5年4月1日現在)

病院名	相談支援センター名
北海道大学病院	がん相談支援センター
東北大学病院	小児がん相談室
埼玉県立小児医療センター	小児がん相談支援センター
国立成育医療研究センター	小児がん相談支援センター
東京都立小児総合医療センター	子どもがん相談支援センター
神奈川県立こども医療センター	小児がん相談支援室
静岡県立こども病院	がん相談支援センター (小児がん相談室)
名古屋大学医学部附属病院	地域連携・専科相談センター/がん相談支援センター
三重大学医学部附属病院	総合サポートセンター/小児・AYAがんセンター
京都府立医科大学附属病院	がん相談支援センター
京都大学医学部附属病院	がん相談支援センター
大阪市立総合医療センター	がん相談支援センター
兵庫県立こども病院	がん相談支援室
広島大学病院	がん治療センター がん医療相談 (がん相談支援センター)
九州大学病院	小児がん相談支援センター

イベント  
進学  
学業  
就職  
結婚  
出産  
育児  
介護  
退職

小児・AYA世代

治療の影響による副作用や後遺症  
治療による進学や就職、子育てなどへの影響

はたらく世代

治療と仕事の両立や治療後の再就職  
経済的、社会的役割への影響

高齢者

標準的治療が困難な可能性  
併存疾患や心身の影響にあわせた治療方法の選択  
治療と療養生活の支援

ライフイベントごとの主な課題

## AYA世代（思春期・若年成人）の人への相談は？

AYA世代とは、Adolescent and Young Adult（思春期・若年成人）の頭文字をとったものに、思春期（15歳～）から30歳代までの世代を指しています

### ◆20歳未満の方へ

・小児期のがんと同じ種類であることが多く、心身ともに発達の過程にあるため、小児科で診察を勧められます。

・年齢とともに体や病気の状態が変化していきます。

成人の診療科を受診するタイミングを医師と相談していく必要があります。

### ◆20歳以上の方へ

・成人の診療科を受診することが勧められます。

・どの治療法を選択するのがよいか、医療施設の選択など、医師と相談するのがよいです。

### ◎がん診療連携拠点病院や小児がん拠点病院のがん相談支援センターへ

病院のかかり方や暮らしの悩みを相談することができます。

どのように病院や医師を見つけていくか相談したり、病院と一緒に探したり、就学・就労、周りへの病気の伝え方や制度やサービスについても相談できます

しばらく受診していないときや引っ越しをしたとき、どの病院を受診してよいか、市区町村ごとの制度などわからない場合にも、ぜひ、相談してみましょう。

### がんを経験したAYA世代の年代別の悩み

	15-19歳	20-24歳	25-29歳	30-39歳
1位	自分の将来	自分の将来	自分の将来	自分の将来
2位	後遺症・合併症	仕事	仕事	仕事
3位	体力の維持または運動	不妊治療や生殖機能	不妊治療や生殖機能	家族の将来
4位	学業	経済的なこと	診断・治療	経済的なこと
5位	不妊治療や生殖機能	後遺症・合併症	後遺症・合併症	不妊治療や生殖機能

資料：平成27〜29年度厚生労働省科学研究「総合的な思春期・若年成人（AYA）世代のがん対策のあり方に関する研究」班

## ご高齢者のがんの相談は？

- ・治療中、治療後ともに、身体状況や精神状態が治療前とは大きく異なってしまうことがあります。
- ・治療による緊急時の対応や、退院後の医療や介護体制を考えると、地域の診療所や訪問看護ステーションの調整も大切
- ・「介護保険」を利用して、自宅介護や通院の付き添いなどに対応してもらえるかどうか、地域包括支援センターやケアマネジャーに問い合わせるとよいでしょう。
- ・治療による身体や暮らしへの影響、費用や制度、サービス支援と治療の選択など、**がん相談支援センター**にご相談ください。



## はたらく世代の方への相談は？

がんになっても生きがいを感じながら働き続けることができるように

- ・国民の2人に1人は一生のうちに1回はがんになると言われています。
- ・がんになっても、治療をしながら、仕事を続けていく人も増えてきています。
- ・しかし、がんと診断を受けて、初回治療までに退職・廃業した人も多くいます。
- ・がん患者さんや経験者の両立支援、就労支援を円滑に進めるために、専門的に相談できる環境整備
  - がんと診断された時から
  - 退職しても再就職について

- ・がん相談支援センター等では、両立支援コーディネーター研修を受講した相談員がいます
- ・スケジュールや制度、症状のコントロールや工夫などを一緒に考えています。
  - 病院・企業・地域産業保健センター・自治体・ハローワーク・社会保険労務士
  - ピアランスクエア ピアサポートなど、様々の専門家と協働しています。

がんの疑いの時から治療と仕事について、気軽にがん相談支援センターに相談しましょう。

(※ ピアランスクエア：医学的・整容的・心理社会的支援を用いて、外見の変化を補完し、家族を含めた社会の中で、その人らしく過ごせるよう支援)

## 大切な人ががんになった時の相談は？

つらい気持ちをひとり抱えない

ご家族が体験する、不安や気持ちの落ち込みの例

**不安の例**

- ・心配が頭から離れない。
- ・考えたくもないに嫌なことを考えてしまう。
- ・怒りばかりいららざる。
- ・冷や汗がひどい。
- ・集中できない。
- ・寝れない。
- ・いつも緊張していてリラックスできない。
- ・そわそわして気持ちが落ちつかない。

**気持ちの落ち込みの例**

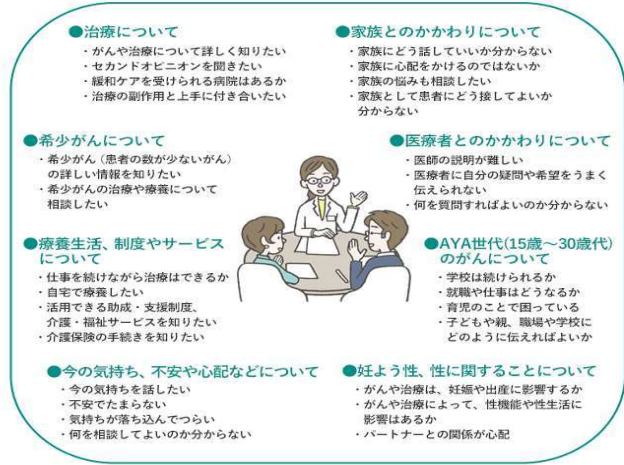
- ・何しても楽しめない。
- ・食欲がない。
- ・物事が決められない。
- ・自分を責めてしまう。
- ・集中できない。
- ・寝れない。
- ・やる気が出ない。
- ・だるい、疲れやすい。
- ・生きるのが面倒になる。

「自分がつらくても、本人はもっとつらいのだから、我慢しなくて」と気持ちを抑えてしまう。そうしたつらさを抱えながらも、仕事や学校、家族の世話や家事など、周りの人も日常生活を維持していきます。

こうしたことから、ご家族は、がんになったご本人と同じか、それ以上に精神的負担がかかる「第二の患者」ともいわれています。ご本人をサポートするためにも、ご家族も意識的自分自身をいたわり、必要な支援を求めることは大切です。

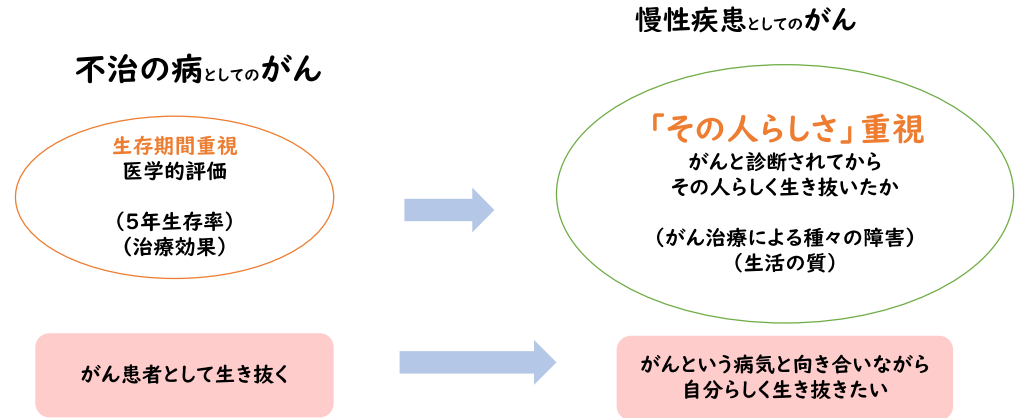
大切な人ががんになった時、あなたの心配事を、医療者に相談することもできます。「担当医や看護師、みんな忙しそうでなかなか話をしにくい」と感じる場合には、「がん相談支援センター」をご利用ください

## がん相談支援センターの相談例

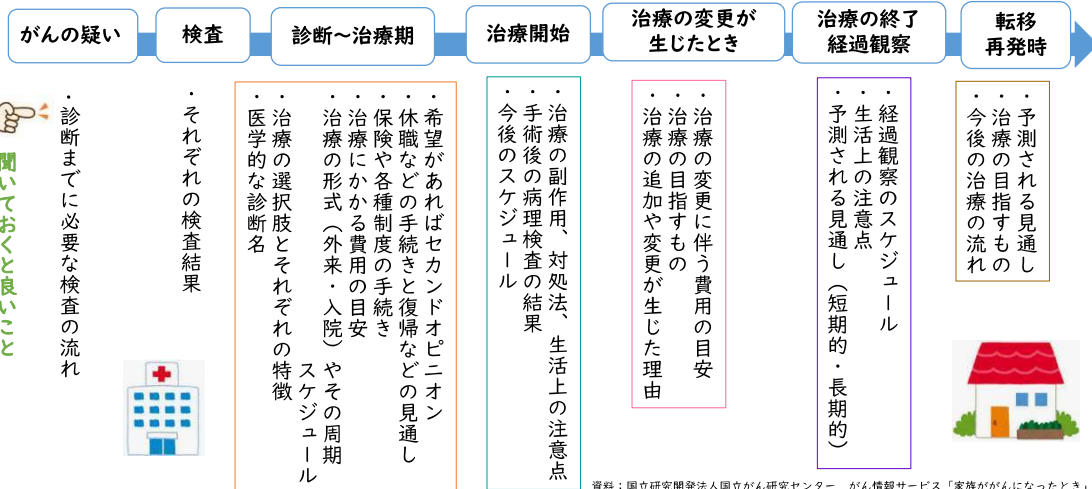


資料：がん情報サービス <https://ganjoho.jp/public/institution/consultation/cisc/content.html> 2023/11/20

## がん医療の変化



## がんの治療の流れ



## 「がん相談支援センター」へ

がんの疑いから、治療、療養生活全般にわたって信頼できる情報をもとに、ご自分らしい治療と暮らしが選択できるように一緒に考えます。

正しい情報を、適切な時に、適切な人から支援を受けることが大切！

- ・どこにお住まいでも
- ・ご本人やご家族はもちろん、**どなたでも、無料で相談できます**
- ・がん相談支援センターのある病院に通ってなくても相談できます
- ・窓口での**対面**、電話で、匿名でも相談できます。

愚痴もOK 不安もOK 混乱したままでOK

「どうすればいい？」を、お話を聴きながら、信頼できる情報と一緒に、一歩先を考えていきましょう。

