お問い合わせ 琉球大学医学部附属病院　がんセンター
〒903-0215　沖縄県中頭郡西原町字上原 207
TEL:098-895-1368　FAX:098-895-1497
E-mail:mail@ryukyucc.jp

【患者必携】地域の療養情報　おきなわ がんサポート ハンドブック

2016年版

【患者必携】地域の療養情報

おきなわ がんサポート ハンドブック

支え合う大切なあなたと家族のために

備瀬のフクギ並木

本部半島の備瀬は、2万本のフクギ並木が家々を囲み、沖縄古来の集落の姿を今に伝える。これらのフクギは防風のためだけでなく、母親が赤ちゃんを抱くように、土地や空間を抱き包むことでよい「気」を保つという、琉球の風水（フンシー）で大切にされた「抱護（ほうご）」の精神に基づいて植えられたものだ。

人の命を尊重する
「命（ぬち）どぅ宝」の精神に基づき
人を大切にすることによって
沖縄に暮らすすべての人々が
人と人とが助け合う「ゆいまーる」の心で
がんになっても助け合い
安心して暮らせますように……。

【患者必携】地域の療養情報

おきなわ がんサポート ハンドブック

支え合う大切なあなたと家族のために

はじめに

がんと診断されて頭が真っ白に…
どのような治療がよいのか…
同じ病気の患者さんから話が聞きたい…
医療費や生活費のことが心配…
家事や仕事は続けられるのか…

『おきなわがんサポートハンドブック（地域の療養情報）』は、患者さんの抱えるこうした不安な思いに寄り添い、支える助けとなることを目指して、つくられました。

この『地域の療養情報』は、"がん"と診断された患者さんが活用できる相談窓口や、お住まいの地域の支え合いの場の情報、経済的・社会的な支援制度などを、がんの治療過程のおおよその流れに沿って、3部構成でまとめています。

〈もくじ〉

はじめに ……2
がんや療養生活について詳しく知るには ……8
がんの冊子 ……9
がんと告げられてから、やるべき４つのこと ……10

【第１部】病気や治療について 11

がんの疑いがあると言われてから治療が始まるまでの、不安を和らげたり、病気の理解を深めたり、治療方法の選択に必要な情報を掲載しています。

1.がんと言われたとき

(1)あなたは今、がん治療のどこにいますか ……14
(2)がんになったら大事にしたいこと ……16
(3)悩みや不安・つらさ(トータルペイン) ……20

2.県内の医療体制

(1)がん診療連携拠点病院およびがん診療連携支援病院 ……24
(2)がん診療を行なっている専門医療機関 ……26
(3)地域連携クリティカルパス ……28

3.納得して治療を受けたい

(1)インターネットで情報をさがす ……30
(2)セカンドオピニオン ……32
(3)セカンドオピニオン実施施設 ……32

【第2部】よりよい療養生活をおくるために 35

治療や療養生活についての情報を探すお手伝いをする相談支援センターや患者会の情報、また、がんになっても自分らしく過ごせるための緩和ケアや、在宅療養を支える仕組みについて紹介しています。

1.がんについて相談したい

(1)がん相談支援センター ……38
(2)沖縄県医療安全相談支援センター ……40

2.同じ病気の方の話を聞いてみたい

(1)患者会 ……42
(2)患者支援団体 ……47
(3)患者サロン ……48
(4)沖縄県地域統括相談支援センター ……49

3.痛さやつらさを和らげたい

(1)緩和ケア外来・緩和ケア病棟(ホスピス) ……50
(2)がんの終末期医療を担う医療機関 ……52
(3)がん終末期患者の在宅療養の相談 ……52
(4)グリーフケア ……53

4.自宅での療養を続けたい

(1)訪問診療 ……54
(2)訪問看護 ……54
(3)介護保険 ……55
(4)福祉用具・介護用品の貸与 ……56
(5)介護タクシー ……56
(6)高齢者の相談窓口(地域包括支援センター) ……57
(7)ファミリーサポートセンター ……57

5.子どもの療養を支えたい

(1)入院中の教育支援、復帰支援 ……58
(2)ファミリーハウス ……60
(3)入院中のきょうだい支援 ……61
(4)退院後およびAYA世代に関する相談 ……61
(5)養育支援訪問事業 ……61
(6)一時預かり事業、病児・病後児保育事業 ……61

【第3部】お金のことについて 63

治療費の負担を軽くする各種制度や、生活状況に合った支援制度について紹介しています。

1.医療費の負担を減らしたい

(1)高額療養費制度 ……66
(2)高額療養費限度額適用認定証 ……69
(3)標準負担額減額認定証 ……69
(4)高額療養費貸付制度 ……70
(5)高額医療・高額介護合算制度 ……70
(6)確定申告による医療費等の控除 ……70
(7)その他の制度 ……72

2.治療を続けながら働きたい

(1)労働問題全般についての相談 ……74
(2)働く人の「こころ」と「からだ」の健康相談 ……75
(3)生活から就職までの総合相談 ……75
(4)医療機関での就労相談 ……75
(5)女性の就業相談、仕事と子育ての両立などの相談 ……76
(6)働くがん患者の支援団体、冊子 ……76

3.家庭の状況に合う支援を受けたい

(1)傷病手当金 ……78
(2)ひとり親家庭等医療費助成制度 ……79
(3)一部負担金の減免制度 ……79
(4)生活保護 ……80
(5)生活福祉資金貸付制度 ……80

4.離島に住む方向けの制度を知りたい

(1)がん治療の渡航費助成 ……81
(2)離島・へき地のがん患者等の宿泊支援 ……81

5.障害についての支援を受けたい

(1)障害年金 ……82
(2)障害手当金(厚生年金)、障害一時金(共済年金) ……82
(3)身体障害者手帳 ……83

6.子ども向けの制度を知りたい

(1)小児慢性特定疾病医療費助成制度 ……84
(2)特別児童扶養手当 ……84
(3)障害児福祉手当 ……85
(4)その他の制度 ……85

問い合わせ先一覧 87

■役所・役場一覧 ……88
■年金事務所一覧／■各医療保険窓口 ……90
■税務署一覧／■福祉保健所一覧 ……91

専門家からのアドバイス

主治医の説明を聞く ……15
がん患者さんの病の語り(ナラティヴ) ……19
病名と病期 ……22
標準治療と科学的根拠(エビデンス) ……29
セカンドオピニオンを取ろう ……34

体験談

緩和ケア　～痛みを和らげる治療について～ ……23
大丈夫！　あなたはひとりじゃない！ ……41
私を支えてくれたもの ……62
仕事と、子育てと、乳がんの治療 ……77

ノート欄

●私のメモ(質問したいこと、伝えたいこと) ……18
●面談にのぞむときの質問集 ……92

がんや療養生活について詳しく知るには

国立がん研究センターでは、『患者必携　がんになったら手にとるガイド』『わたしの療養手帳』を作成し、ホームページで公開しています。本書とあわせてご活用ください。

『患者必携　がんになったら手にとるガイド』

がん患者さんの療養に役立つ情報（病気や治療のこと、費用や支援制度、各がん種の療養に役立つヒントなど）を取りまとめた冊子です。別冊『わたしの療養手帳』付き。

『わたしの療養手帳』（別冊）

患者さん自身が治療や療養生活において、聞いたり、調べたりして理解したことを書き留めて整理する手帳です。『患者必携　がんになったら手にとるガイド』に付いています。

入手方法

一般書店で購入できます。 価格：（2013年9月発行）880円（税別）

がん診療連携拠点病院の相談支援センターでは、見本を閲覧することができます。また、院内売店でも販売しています。

ホームページより無料で閲覧・印刷することができます。

がん情報サービス http://ganjoho.jp

※トップページの右側にある「患者必携」のバナーをクリックし、
「がんになったら手にとるガイド」「わたしの療養手帳」をそれぞれ開く。
※携帯電話でのダウンロードも可能です。→

関連情報のご案内

本書の中で、「コチラも Check!→P○○」とあるのは、『患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版』で、詳しい情報・関連する情報が載っているページを示しています。お持ちの方は、あわせてご活用ください。

がんの冊子

がん情報サービスでは、がんの冊子も発行しています。がんが疑われている方やがんと診断を受けた方、そのご家族などへ向けた冊子で、病気や治療について、知っておいていただきたい情報をまとめています。ホームページで無料で閲覧・印刷することができます。また、これらの冊子はがん相談支援センターにて入手したり、閲覧することができます。数に限りがありますので、事前にがん相談支援センターへお問い合わせ下さい。

がん相談支援センター ➔P38

がん情報サービス
http://ganjoho.jp/public/qa_links/brochure

各種がんシリーズ

101. 胃がん
102. 食道がん
103. 大腸がん
104. 肝細胞がん
105. 膵臓がん
106. 胆のうがん
107. GIST（消化管間質腫瘍）
108. 胆管がん
111. 髄膜腫
112. 聴神経鞘腫
113. 喉頭がん
114. 舌がん
115. 脳腫瘍
116. 咽頭がん
117. 甲状腺がん
118. 神経膠腫（グリオーマ）
121. 中皮腫
122. 胸腺腫と胸腺がん
123. 肺がん
131. 悪性リンパ腫
132. 多発性骨髄腫
133. 慢性骨髄性白血病
141. 子宮頸がん
142. 卵巣がん
143. 子宮体がん
144. 乳がん
145. 腟がん
151. 腎盂尿管がん
152. 腎細胞がん
153. 前立腺がん
154. 膀胱がん
155. 精巣腫瘍
161. 悪性黒色腫
162. 乳房外パジェット病
163. 悪性線維性組織球腫
164. 軟骨肉腫
165. 原発不明がん

※他に「小児がんシリーズ」（11タイトル）、「がんと療養シリーズ」（7タイトル）、「社会とがんシリーズ」（3タイトル）、「がんを知るシリーズ」（1タイトル）もあります。

がんと告げられてから、やるべき４つのこと

がんと診断されてから、ショックで頭が真っ白かもしれません。けれど、２～４週間という短い期間で治療方針を決めなければいけないのが実状です。治療（手術、抗がん剤治療などの薬物治療、放射線治療など）が始まる前に、ご家族や信頼のおける方と一緒に、主治医をはじめとする医療チームとよく相談して、治療方針を決めましょう。

調子が悪い　疑い　検診

↓

検査・診断

↓

がんと告げられる

↓

2週間～4週間
治療方法を決める時間

↓

治療の開始　初期治療
- 手術
- 薬物治療（抗がん剤治療）
- 放射線治療

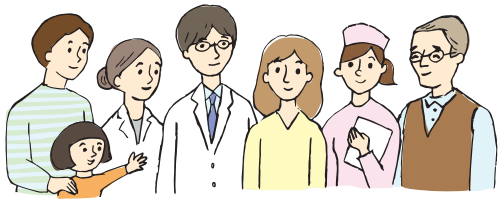
もう一度、主治医からじっくりと説明を受ける
P15、P92へ

セカンドオピニオンを取る
P32へ

がん相談支援センターに相談する（電話や面談）
P38へ
無料

仕事を辞めなくていいように、ひとりで悩まず、上司や職場に相談する。
P74へ

あなたにとって、最善の治療・療養ができますように。
治療は、あなたに寄り添いたいと願う人たちとの共同作業です。



第１部

病気や治療について

第1部は、がんの疑いがあると言われてから治療が始まるまでの、不安を和らげたり、病気の理解を深めたり、治療方法の選択に必要な情報を掲載しています。

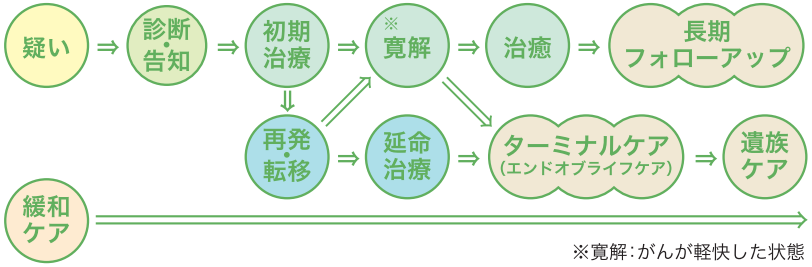
1. がんと言われたとき

(1)あなたは今、がん治療のどこにいますか

「“がん” かもしれない（疑い)」と言われてから、患者さんやご家族には、気がかりなことがたくさん出てきます。そして、短い期間にいろいろなことを決めなければなりません。そのためには、幅広く適切な情報を早く集めることが必要です。

また、がんに関する悩みや心配・疑問は、治療・療養のステージ(病期・段階）によって様々です。あなたの体や気持ちの状況に応じて、一番知りたいことを調べてみましょう。

がん治療・療養の過程(ライフコース)と主な悩みや疑問



※寛解：がんが軽快した状態

疑いから診断まで

- □がんと言われた、どうすればいいの？ P10・P24〜P27・P38〜P40
- □医師とうまく話せません P15・P92
- □専門医はどこの病院にいるの？ P10・P24〜P27
- □セカンドオピニオンを取りたい P10・P32〜P34

初期治療

- □医療費はどのくらいかかるの？ P66〜P68
- □仕事は続けられるだろうか P10・P74〜P77
- □相談窓口はどこにあるの？ P38〜P40
- □同じ病気の人の話を聞きたい P42〜P49

再発・転移

- □気持ちが落ち込んでいる P20・P21・P38〜P49
- □補完代替療法を試したい『手にとるガイド』P175
- □緩和ケア(チーム)って何？ P50・P51
- □臨床試験はどこでやっているの？ P31・『手にとるガイド』P157

今後の過ごし方

- □痛みのないようにしてほしい P50・P51
- □なるべく家で過ごしたい P54〜P57
- □ホスピスで過ごしたい P50〜P52
- □在宅ケアを受けるには？ P54〜P57

専門家からのアドバイス

【主治医の説明を聞く】

多くの主治医は、がんの診断がついた段階で、患者さんに診断名・病期・今後の治療方針などの説明を行います。

この時、1人や2人ではなく3〜5人で聞きましょう。ご家族がいる場合は配偶者、両親、兄弟姉妹、子どもと一緒に聞きましょう。親友や頼りになる友人がいれば、その方に同席していただくのもよいことです。よく「家族に心配はかけたくないので、一人で聞きたい」とか「子どもが内地で働いていて同席できない」という患者さんもいますが、がんになったことは人生の一大事です。なるべく都合をつけて、今後の闘病の際に頼りになる方に同席してもらう道を探るのが大切です。

また、通常の外来日に説明を聞く場合、時間が十分に取れないことがよくあります。事前に主治医にお願いして、30分以上の時間をいただきましょう。それができない場合は、外来日以外に約束をして、改めて説明を聞くのもおすすめです。

話を聞くときは誰かがメモを取るようにすると、後で確認するときに便利で、聞いた人によって解釈がばらばらになることを避けることができます。

なお、治療方針の説明では看護師などが同席するのが普通となっています。説明を聞いた後で質問や確かめたいことが生じた場合は、改めて主治医に時間をもらってもよいですし、同席した看護師などに尋ねるのもよいと思います。

説明に臨む前には、治療や副作用のこと、今後の生活や仕事のこと、治療にかかる費用などの不安に思うことや知りたいこと、解決しておきたいことを「私のメモ」(P18)、「面談にのぞむときの質問集」(P92）などを利用して書き出しておきましょう。

コチラもCheck!

➔P62「医療者とよい関係をつくるには」
➔P59「がんに携わる“チーム医療”を知ろう」

(2)がんになったら大事にしたいこと

治療をする間、このリストをときどき参考にしてください。また、主治医やその他の医療職、そして、ご家族やあなたをサポートしてくれる人と一緒に、このリストを見ながら考えたり、相談するのもよいでしょう。

①疑いがあると言われてから治療開始まで･･･

- □ 十分な時間（30分以上）をとって、ご家族や友人と一緒に説明を受けましょう。
- □ 説明を受ける際に、看護師などに立ち会ってもらいましょう。
- □ 自分の正確な病名と病期について理解しましょう。
- □ あなたがすすめられた治療法は標準治療、または科学的根拠（エビデンス）のある治療か確認しましょう。
- □ 通院する医療機関の診療内容や体制を確認しましょう。
- □ セカンドオピニオン（他の医師の意見）を取りましょう。
- □ 治療中の生活において、あなたが大事にしたいことを主治医に伝えましょう。
- □ あなたがすすめられた治療法がなぜよいのか、確認しましょう。
- □ 治療および生活の具体的な予定を考えましょう。

②治療開始後･･･

- □ 治療結果や体調の記録を取って、主治医に伝えましょう。
- □ 食事や薬についての説明を受けましょう。

- □ 同じ病気の仲間と思いを分かち合い、情報を得ましょう。
- □ 今後の検査の予定を具体的に書いて整理しましょう。
- □ 今後の治療の予定を具体的に書いて整理しましょう。（手術療法または化学療法または放射線療法、あるいはそれらの組み合わせなのか、外来治療または入院治療なのか、など）
- □ 副作用（吐き気、しびれ、白血球や血小板の減少など）について、満足のいく説明と対応をしてもらいましょう。
- □ 治療にかかる費用の目安について確認しましょう。
- □ 民間保険や各種制度（高額療養費制度等）の手続きをしましょう。

③治療全体を通じて･･･

- □ 利用できる各種の窓口の連絡方法と、どんなときにどんなことが聞けるのか、確認しましょう。
- □ 苦しいこと・つらいこと（気分の落ち込み・不安・不眠・痛み・食欲不振など）は、主治医にすべて伝えるようにしましょう。
- □ 痛みを完全に取ってもらいましょう。
- □ 気分の落ち込み・不安・不眠などについて、満足のいく説明と対応をしてもらいましょう。
- □ 呼吸苦、胸水、腹水、だるさ、食欲不振などの症状について、満足のいく説明と対応をしてもらいましょう。
- □ 地域で利用できる制度やサービスを確認しましょう。
- □ 補完代替療法･健康食品･サプリメントを利用するときは、メリット（良い点）・デメリット（悪い点）を確認しましょう。

④初回治療後もがんが残ったとき、転移･再発したとき･･･

- □ 現在の病状や今後の見通しを聞きましょう。
- □ 今できる治療法とその目的を理解しましょう。
- □ これからのことについて主治医やご家族と話し合いましょう。

私のメモ（質問したいこと、伝えたいこと）

担当医からの説明の記録

受診日　　年　　月　　日

受診内容

医師からの説明

質問や答え

次回診察日　　年　　月　　日

担当医に聞きたいこと

病状や気になっていること

できること、できないこと

・出張や旅行、外回りなど

・長時間立ちっぱなし

・重いものを持つ

・車の運転

周囲から協力や理解を得たいこと

家族

職場・同僚

友人

医師に聞いておきたい質問例　➔ P92 参照

専門家からのアドバイス

【患者さんの病の語り（ナラティヴ）】

がんになることは、患者さん本人にとっても、家族にとっても、とても不安な経験です。できることなら、がんになることはあまり考えたくないというのが、多くの人々の正直な気持ちでしょう。しかし現在、日本人の２人に１人ががんにかかり、３人に１人ががんで亡くなると言われています。私たちは遅かれ早かれ、人生のどこかでがんやその他の重い病気を引き受けなければいけない運命にあるのです。そして、一度がんになってしまったら、「がんになった」という事実を変えることは残念ながらできません。たとえ寛解になったとしても、決してなかったことにはできないのです。

そうであるならば、がんとどう向き合っていくべきかを考えることが大切になります。私たちはがんにならないことを選ぶことはできませんが、がんにどう向き合うかを選ぶことはできるのであり、この「がんへの向き合い方」として近年注目されているのが「ナラティヴ」なのです。

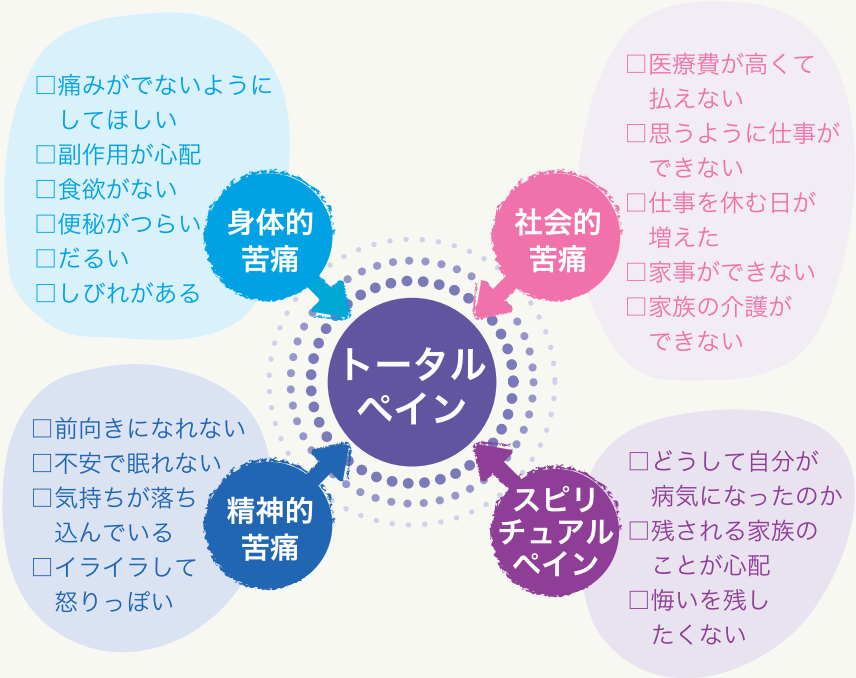
「ナラティヴ」とは「物語」と「語り」という二つの意味を持つ言葉であり、物語は意味の生成装置だと言われています。がんという人生の危機に直面するとき、物語る動物である私たちは、この「がんになる経験」を理解し、手なずけて意味を見いだし、そして、再び自分の人生を豊かに生きる（自分の人生を取り戻す）ために、自分の病の物語を語るのです。

がんになることが悲劇なのではありません。がんになることで、自分の人生ががんに奪われてしまうことこそが悲劇なのです。つまるところ、私たちが本当に恐れるべきなのは、「がんになること」ではなく、むしろ、がんになることによって「自分の人生が生きるに値しない」と絶望し、そして、自分の人生を生ききることを止めてしまうことのほうなのです。私たちはこのような絶望に陥らないために、互いの「病の物語」に耳を傾け合うことで、互いに助け合うことができるのです。

(3) 悩みや不安・つらさ(トータルペイン)

患者さんとご家族は、病気の時期や治療の場所を問わず、様々な苦痛(つらさ)を抱えています。つらさには、体のことだけでなく、心のこと、仕事のこと、お金のこと、家族の心配などがあります(トータルペイン)。「痛みやつらいことは、しかたがないことだ」とあきらめることはありません。つらい気持ちを「人に伝えること」が、あなたの苦痛を和らげる助けとなります。苦痛(つらさ)を和らげ、がん治療に前向きに取り組めるように、一緒に考えてサポートする医療が緩和ケアです。がんと言われたときから、緩和ケアを一緒に受けましょう。

どのようなことでも、医療者、先輩患者さんなどに聞いたり、教えてもらったりしながら、安心で納得のいく、自分らしい治療・療養生活を送りましょう。また、患者さんご本人だけでなく、ご家族も一緒に役立つ情報を見つけ、積極的に活用しましょう。



『患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版』
でより詳しく解説されています。

身体的苦痛
➔P119〜178 「がんのことで知っておくこと」
➔P179〜200 「療養生活のためのヒント」

精神的苦痛
➔P20〜25 「がんと言われたあなたの心に起こること」
➔P194〜198 「休養と睡眠のヒント」
➔P199〜200 「気分転換とストレス対処法」

スピリチュアルペイン
➔P14〜16 「診断の結果を上手に受け止めるには」
➔P92〜94 「限られた時間を自分らしく生きる」

社会的苦痛
➔P95〜118 「経済的負担と支援について」
➔P45〜50 「社会とのつながりを保つ」
➔P76〜91 「療養生活を支える仕組みを知る」

➔P35 「第2部 よりよい療養生活を送るために」
➔P63 「第3部 お金のことについて」

※「患者必携 がんになったら手にとるガイド」「わたしの療養手帳」の入手方法はこちら ➔ P8参照

専門家からのアドバイス

【病名と病期】

がんと付き合っていくには、ご自身のがんの正確な「病名」、詳しい「性質」、そして「病期」を知ることが大切です。

肺がんという病名は、治療を考えるうえでは不十分な病名です。肺がんは、詳しくは10種類に分類されます（肺癌取り扱い規約第7版）。ですから、肺の「小細胞がん」、肺の「腺がん」といった正確な病名を主治医から聞くことが必要になります。

乳がんではホルモン受容体陽性の場合は、ホルモンの作用を抑えるホルモン療法による治療効果が期待できます。このように最近では、ホルモン受容体や遺伝子の検査などを行い、それぞれのがんについてより詳細な性質を知ることによって、治療効果を上げようとする医療が行われるようになっています。また、がん細胞の増殖に関わるHER2タンパクあるいはHER2遺伝子を過剰に持っている場合は、分子標的治療薬であるトラスツズマブという薬の効果が期待できます。

がんはこのように病名や詳細な性質に従って治療が決定され、また治療の効果に差が出ることが多いのです。

同時に、がんの進行の程度を表す「病期（＝ステージ）」を把握することも大事です。病期がⅠ期からⅣ期のどれに当たるのかを主治医から聞いてください。

具体的にがんはどこから始まったのか（原発巣）、どこまでがんが拡がっているのか（浸潤や転移）についても把握してください。たとえば、病期はⅣ期、S状結腸が原発巣、肝臓に転移しているが、肺には転移していない、などです。同じがんでも、病期の違いで治療法が変わることが多いのです。

これらの情報を確実に手に入れるために、まずは「私のがんの正確な病名や詳しい性質、病期を紙に書いてください」と主治医にお願いしてみてください。

体験談

「緩和ケア ～痛みを和らげる治療について～」

１年前に、肺腺癌（Ⅳ期）と診断されました。左の股関節と足首に転移し、骨が溶けてしまったため、激痛に歯を食いしばるという状態でした。

病院内のポスターなどで「緩和ケア」という言葉を知ってはいました。しかし「緩和ケアは、楽にこの世を去るための処置」という先入観を持っていました。私は「治る。生きる。」と決めていましたので、緩和ケアには縁がないと考えていました。

肺がんの治療は、まず足の骨に放射線を当てる、というところからスタートしました。「痛みを我慢したからといって、病気がよくなるわけではないから」という主治医の説明でした。

放射線療法は功を奏し、地面につけることさえ困難だった足を２週間後には動かせるようになっていたのです。それと同時に希望がわきました。「あれほどの痛みから解放されたのだから、この先の治療もきっとうまくいく」と。

放射線治療をすすめたとき、主治医は「緩和ケア」という言葉を使いませんでした。私が緩和ケアに対してマイナスなイメージを持っていると察していたからかもしれません。しかし、このような体験をした今、緩和ケアが治療の大切な一部だと理解できます。痛みがないというだけで、病気や治療に向き合う心構えが、大きく変わります。

緩和ケアを積極的に受けて痛みを取りのぞき、にこにこ笑って治療を受けようじゃありませんか。

（30代　男性）

コチラもCheck!

➔P128「がんの病期のことを知る」
➔P161「緩和ケアについて理解する」

2. 県内の医療体制

(1)がん診療連携拠点病院およびがん診療連携支援病院

■がん診療連携拠点病院

がん診療連携拠点病院とは、全国どこに住んでいても、がんの状態に応じて適切ながん医療が受けられるように設置された病院です。これらの拠点病院では、以下の項目を推進しています。

①専門的ながん診療
②専門的な知識や技能を持つ医師の配置
③地域の医療機関や医師との連携と協力体制の整備
④患者さんへの相談支援と情報提供
⑤がん登録など、質の高いがん医療

■地域がん診療病院

がん診療連携拠点病院がない医療圏に、都道府県の推薦をもとに国が指定した病院です。拠点病院と連携しつつ、専門的ながん医療の提供、相談支援や情報提供を行っています。

■がん診療連携支援病院

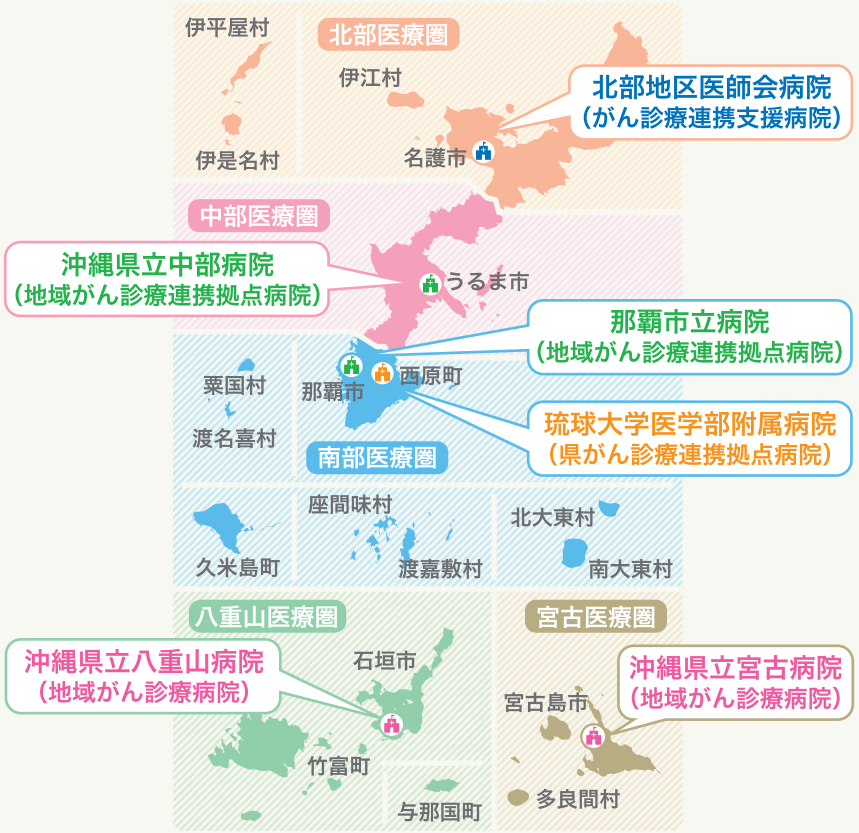
沖縄県では北部医療圏でがん診療や連携の中核を担うことが適当であると認める医療機関を「沖縄県がん診療連携支援病院」として指定し、3つの拠点病院と連携したがん診療体制の整備を推進しています。

- 国指定　県がん診療連携拠点病院(1病院)
- 国指定　地域がん診療連携拠点病院(2病院)
- 国指定　地域がん診療病院(2病院)
- 県指定　がん診療連携支援病院(1病院)

コチラもCheck!

➔P76「療養生活を支える仕組みを知る」
➔P77「地域のがん診療の連携の仕組みを知っておく」

がん診療連携拠点病院およびがん診療連携支援病院



区分	施設名	連絡先
県がん診療連携拠点病院	琉球大学医学部附属病院	✆098-895-3331(代) 〒903-0215 西原町字上原207
地域がん診療連携拠点病院	県立中部病院	✆098-973-4111(代) 〒904-2293うるま市宮里281
地域がん診療連携拠点病院	那覇市立病院	✆098-884-5111(代) 〒902-8511那覇市古島2-31-1
地域がん診療病院	県立宮古病院	✆0980-72-3151(代) 〒906-0013宮古島市平良字下里427-1
地域がん診療病院	県立八重山病院	✆0980-83-2525(代) 〒907-0022石垣市字大川732
がん診療連携支援病院	北部地区医師会病院	✆0980-54-1111(代) 〒905-8611名護市字宇茂佐1712-3

(2016年2月現在)

(2)がん診療を行っている専門医療機関

沖縄県保健医療計画では、国の指定を受けたがん診療連携拠点病院をはじめ、診療ガイドラインに準じた診療や、手術療法、化学療法または放射線療法を組み合わせた集学的治療等を実施する医療機関を、専門的がん診療機関として位置づけています。計画に係る掲載要件は、沖縄県ホームページをご覧ください。

連携拠点病院に関しては ➔P24

※出典：沖縄県保健医療計画〈第6次〉
http://www.pref.okinawa.jp/site/fukushi/imu/iryoukeikaku.html

※その他のがんの専門施設については、
がん相談支援センターにお問い合わせください。 ➔P38

いったーあんまー　まーかいがー
べーべーぬ　草刈いが
べーべーぬ　まさ草や
（いったーあんまー　まーかいがー）

がん診療を行っている専門医療機関
（がん診療連携拠点病院、地域がん診療病院、がん診療連携支援病院をのぞく）

施設名	肺がん	胃がん	肝がん	大腸がん	乳がん	子宮がん	放射線療法
中部徳洲会病院	—	—	—	—	○	—	—
中頭病院	—	○	○	○	○	○	—
ちばなクリニック	—	—	—	—	○	—	—
ハートライフ病院	—	○	○	○	○	○	—
沖縄病院	○	—	—	—	—	—	○
浦添総合病院	—	○	○	○	○	—	—
沖縄赤十字病院	○	○	—	○	○	○	○
南部医療センター・こども医療センター	—	○	—	—	○	○	○
豊見城中央病院	—	○	○	○	○	○	—
南部徳洲会病院	—	—	—	—	—	—	○
マンマ家クリニック	—	—	—	—	○	—	—
宮良クリニック	—	—	—	—	○	—	—
那覇西クリニック	—	—	—	—	○	—	—
那覇西クリニックまかび	—	—	—	—	○	—	—

（2014年9月現在）

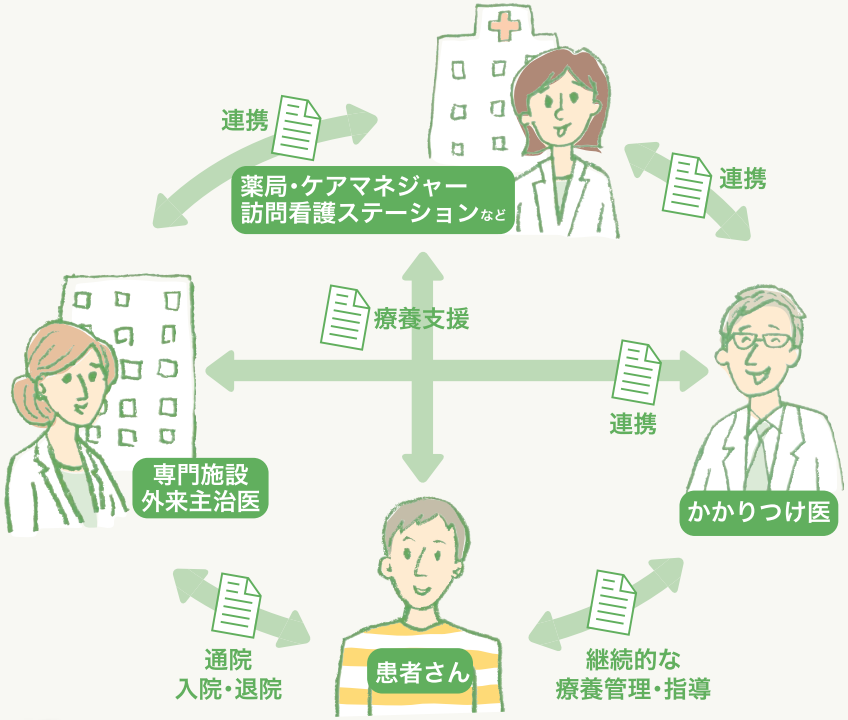
セカンドオピニオンについて ➔ P32 参照

(3)地域連携クリティカルパス

地域連携クリティカルパスとは、よりよいがん医療を提供するために、専門病院とかかりつけ医などが、がん患者さんの情報を共有し、連携して患者さんの治療をサポートするシステムです。

連携パスの利用は、がんの治療を行った専門病院の主治医が、連携パスの利用が患者さんの診療に適しているか判断した上で、患者さんやご家族に十分に説明し、同意を得たのちに利用を開始します。

沖縄県内では、肺がん・胃がん・肝がん・大腸がん・乳がん・前立腺がんについて、運用が始まっています。がん診療専門施設（17施設）とかかりつけ施設（76施設）が参加しています。 (2016年2月現在)



コチラもCheck!

➔P80「地域連携クリティカルパス（連携パス）」

専門家からのアドバイス

【標準治療と科学的根拠（エビデンス）】

現在、がんの治療で最も“上等”な治療を「標準治療」と呼びます。もしすすめられた治療が標準治療であれば、まずはひと安心です。ただし、すべてのがんで標準治療が確立されているわけではありません（特に再発後の治療）。患者数の少ないがんでは標準治療がまったくないものもあります。

それでも標準治療以外の治療法でも、多くの場合何らかの「科学的根拠（エビデンス）」があるものです。また、それがない場合は、基本的に標準治療を決めるための試験である「臨床試験」として治療を行うのが通例です（特に最初の治療など）。治療方法が示されたときには、必ず主治医に、その治療の科学的根拠の信頼性は高いか、低いかを聞きましょう。

なお、がん以外に心臓の病気や糖尿病など他の疾患がある場合は、標準治療以外の治療法がよりよい選択となることがあります。標準治療以外の治療法をすすめられたときは、主治医にその理由を聞いてみましょう。

コチラもCheck!

➔P211 用語の解説「標準治療」
➔P203 用語の解説「科学的根拠に基づく医療（EBM）」
➔P157「臨床試験のことを知る」

てぃんさぐぬ花や
爪先に染みてぃ
親ぬ諭し言や
肝に染みり

（てぃんさぐぬ花）

3. 納得して治療を受けたい

(1)インターネットで情報をさがす

がんに関する医療情報の中には、いろいろなものがあります。自分に必要な情報を、信頼でき、新しく正しい情報かどうか見極めることが重要です。情報をさがすときには、「情報発信者が明確か」、「偏った情報ではないか」、に注意しましょう。また、インターネットから情報を得ることに慣れていないときや、ほとんど知識がないときは、公的機関が発信する情報をさがしましょう。

■沖縄県のがん情報、がん対策に関するサイト

沖縄県がん診療連携協議会うちなーがんネット がんじゅう
http://www.okican.jp

県内の患者さんやご家族向けの情報（患者会の紹介や『患者必携』の本や冊子の閲覧、がんについての講演会のお知らせなど）を掲載しています。さらに、国立がん研究センターや沖縄県などリンク先も多く、幅広いがん情報を得ることができます。

■各種がんの診断や治療、医療機関などに関する情報サイト

国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス http://ganjoho.jp

一般財団法人 国際医学情報センター がんInfo.
http://www.imic.or.jp/cancer

がん情報サイト Cancer Information Japan
http://cancerinfo.tri-kobe.org
希少がんについての情報も「PDQ®日本語版がん情報要約」として掲載されています。PDQ®(Physician Data Query)は、米国国立がん研究所が配信する世界最大かつ最新のがん情報です。

■がんの予防や検診、がん患者さんやそのご家族に必要な情報サイト

がんナビ
http://medical.nikkeibp.co.jp/inc/all/cancernavi

公益財団法人 日本対がん協会
http://www.jcancer.jp

■がん患者さんや家族の語りについての情報サイト

NPO法人「健康と病いの語り ディペックス・ジャパン」
http://www.dipex-j.org

■こどものがんについての情報サイト

公益財団法人 がんの子どもを守る会
http://www.ccaj-found.or.jp

■臨床試験に関する情報サイト

国立がん研究センターがん対策情報センター がん情報サービス
http://ganjoho.jp 「がんの臨床試験を探す」をクリック

(2)セカンドオピニオン

セカンドオピニオンとは、患者さんが納得のいく治療法を選択することができるように、診断や治療方法について、主治医以外の医師に意見を聞くことです。すぐに通院先を変えることではありません。

担当医から自分の病状、進行度、なぜその治療法をすすめるのかなどを十分に聞いた上で、セカンドオピニオンを取ることをおすすめします。がんの種類により対応できる施設が異なります。

①セカンドオピニオンの受診方法

まず、担当医に相談し、希望先の医療機関に申し込み（予約）をしましょう。次に紹介状や画像などを担当医から受け取り、予約した医療機関でセカンドオピニオンを取りましょう。取った後は、担当医に必ず報告し、その意見を参考に今後のことを相談しましょう。

②セカンドオピニオンの費用

セカンドオピニオンは医療保険が適用されない自費診療で、目安としては、30分～ 1時間程度の相談で1万円～ 1万5千円程度（沖縄県内の場合）となっています。

詳しくは、沖縄県がん診療連携協議会ホームページをご覧ください。➔P30

(3)セカンドオピニオン実施施設

■がん診療連携拠点病院

琉球大学医学部附属病院 ✆098-895-1371
〒903-0215 西原町字上原207

県立中部病院 ✆098-973-4111（内線3232）
〒904-2293 うるま市宮里281

那覇市立病院 ✆098-884-5134
〒902-8511 那覇市古島2-31-1

■地域がん診療病院

県立宮古病院 ✆0980-72-1351
〒906-0013　宮古島市平良下里427-1

県立八重山病院 ✆0980-83-2525
〒907-0022　石垣市字大川732

■がん診療連携支援病院

北部地区医師会病院 ✆0980-54-1111（内線2136）
〒905-8611名護市字宇茂佐1712-3

■専門的がん診療機関

中部徳洲会病院 ✆098-937-1070
〒904-8585 沖縄市照屋3-20-1

中頭病院 ✆098-939-9826
〒904-2195 沖縄市知花6-25-5

ハートライフ病院 ✆098-895-3255
〒901-2492 中城村字伊集208

沖縄病院 ✆098-898-2121
〒901-2214宜野湾市我如古3-20-14

浦添総合病院 ✆098-879-0630
〒901-2132 浦添市伊祖4-16-1

沖縄赤十字病院 ✆098-853-3134(内線1122、1123、1124)
〒902-8588 那覇市与儀1-3-1

県立南部医療センター・こども医療センター ✆098-888-0123
（内線1107、1106）　〒901-1193 南風原町字新川118-1

豊見城中央病院 ✆098-850-3811
〒901-0243 豊見城市字上田25

マンマ家クリニック ✆098-988-4141
〒901-2111 浦添市経塚633　メディカルKプラザ2F

宮良クリニック ✆098-878-3311
〒901-2132 浦添市伊祖2-3-1 2F

那覇西クリニック ✆098-858-5557
〒901-0154 那覇市赤嶺2-1-9

那覇西クリニックまかび ✆098-884-7824
〒902-0068 那覇市真嘉比76

（2016年2月現在）

専門家からのアドバイス

【セカンドオピニオンを取ろう】

今の主治医とは別の医師の意見を聞くことを、セカンドオピニオンといいます。がんの治療は日進月歩で進んでおり、医師によってすすめる治療が違う場合もあり、ときには別の医師の話を聞くことでよりよい治療法が見つかる場合もあります。

多くの場合は主治医と同じ判断となりますが、それでも今の選択が正しいことが分かると、納得して治療を受ける気持ちになります。こうした意味でセカンドオピニオンを取ることが患者さんの利益となります。

主治医は、がんの診断（病名や病気の拡がりなど）がついた段階で、患者さんに診断名・病期・今後の治療方針の説明を行います。その時にセカンドオピニオンについての簡単な説明とともに、ぜひセカンドオピニオンを取るように患者さんにすすめることが一般的となっています。

しかし、がんの専門医の外来はとても忙しいので、つい忘れることもあります。ですから、患者さんから主治医に対して、「セカンドオピニオンはどうしましょうか ?」と質問をしてください。その際に、主治医の先生からセカンドオピニオンにおすすめの病院と専門医を複数紹介してもらいましょう。

主治医は自分自身とは立場の違う医師を推薦することによって、より患者さんに客観的な情報を取っていただけるように配慮をするものです。みなさん、安心して主治医にいろいろと相談してください。そして、最初の治療を受ける前に、ぜひセカンドオピニオンを取りましょう。

コチラもCheck!

P66「セカンドオピニオンを活用する」

第2部 よりよい療養生活をおくるために

第2部は、治療や療養生活についての情報をさがすお手伝いをするがん相談支援センターや患者会の情報を掲載しています。また、がんになっても自分らしく過ごせるための緩和ケアや、在宅で療養を続けるための生活を支える仕組み(介護保険制度など)についても紹介しています。

1. がんについて相談したい

(1)がん相談支援センター

がんの治療や療養生活全般に関して、患者さんやご家族と一緒に考え、情報をさがすお手伝いをしています。がん患者さんやご家族ががん相談支援センターのある病院に通院していなくても、電話または面談などの方法で、どなたでもご利用することができます。相談は無料です。

ご相談は、看護師やソーシャルワーカー（社会福祉士）などのがん相談の専門スタッフがお受けします。内容によっては専門家と連携を図りながら、お応えしています。相談内容が、ご本人の了解なしに担当医はじめ、他の方に伝わることはありません。安心してご相談ください。

治療費や手術にかかる費用が心配です。
➔P66

退院することになったけれど、どうしたらいいの。
➔P54

セカンドオピニオンってなんだろう。
➔P32

仕事を続けてもいいのだろうか。
➔P74

先生から病気について説明を受けましたが、難しくてよくわかりません。
➔P15

がんと言われ、頭の中が真っ白です。これからのことを考えると不安でいっぱいです。
➔P14

コチラもCheck!

➔P29「がん相談支援センターにご相談ください」

■沖縄県内のがん相談支援センター

（2016年2月現在）

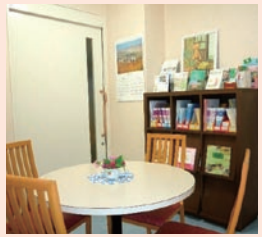
琉球大学医学部附属病院

対応日時：月～金曜日・9時～12時、13時～16時半

☎098-895-1507

「ピアサポーターとも連携して、みなさんのお話をうかがい一緒に考えます。治療や療養に伴う疑問や不安は、ひとりで悩む前にどんなことでもお気軽にご相談、ご利用ください。がんの冊子や各種資料も配布しています」

沖縄県立中部病院



対応日時：月～金曜日・9時～17時

☎098-973-4111（内線3232）

「がん患者さんやご家族の方が、安心して療養を続けることができるように、不安や疑問、心配ごとについて、専門の看護師やソーシャルワーカーがお話をうかがいます。また、がんに関する冊子や情報をご提供します」

那覇市立病院

対応日時：月～金曜日・9時～17時

☎098-884-5111（内線127、283）

「治療・お金・仕事・生活などでご心配やお困りのこと、気になることについてのご相談や、お知りになりたい情報を一緒におさがしします。お気軽にご利用ください。患者さん・ご家族向けのがんの冊子や各種資料もお配りしています」

北部地区医師会病院

対応日時：月～金曜日・9時～17時

☎0980-54-1111

「当センターでは、治療や医療費、通院方法、病院や家族との関係等のお悩みに対応しています。本人ではなく、ご家族からの相談にもプライバシーの保護を厳守しますので、お気軽にお問い合わせ下さい」

県立宮古病院

対応日時：月～金曜日・9時～17時

✆0980-72-1352

「何かお困りごとやお悩みについて、がん性疼痛認定看護師やピアサポーターの方たちと連携しながら一緒に考えさせていただきます。また月に１回がんサロンも開催しています。お気軽にお話にいらしてください」

県立八重山病院

対応日時：月～金曜日・9時～17時

✆0980-83-2525

「がん化学療法看護認定看護師と連携しながら、治療や経済的なこと、心の悩みなどについて、看護師、MSW、PSWが一緒に考えさせていただきます。お気軽にご相談ください。患者会の案内や資料も配布しています」

※上記の病院以外でも、ソーシャルワーカー(社会福祉士)が様々な相談に対応しています。各病院の医療福祉相談室・地域医療連携室へお問い合わせください。

一般社団法人 沖縄県医療ソーシャルワーカー協会
http://www.msw-oaswhs.jp

(2)沖縄県医療安全相談支援センター（医療安全や患者の権利の相談窓口）

医療上または医療内容に関する相談、医師、その他の職員の対応など、医療に関する相談および苦情などがございましたら、沖縄県医療安全相談支援センターにご相談ください。

沖縄県医療安全相談支援センター ✆098-866-1260
〒900-8570　那覇市泉崎1-2-2　沖縄県福祉保健部 医務・国保課内
TEL&FAX：098-866-1260（相談専用）
受付時間：月～木曜日（祝日のぞく）・9時～12時、13時～17時

体験談

大丈夫！　あなたはひとりじゃない！

「あ～、これ乳がんですね」とあっさりと告知を受けたのが2004年の春。健康に自信のあった私は病気とは縁遠いものだと思っていました…。まさか、自分が、がんになるとは…。

がんの宣告を受けた私の頭の中は真っ白で、自分のことと捉えられないまま、手術や治療は淡々と進み、私の心は置き去りでした。医師の説明は理解できる、理解できるけど納得できない、腑に落ちない…。がん患者となった瞬間から健康な人や社会との隔たりを感じ、孤独と恐怖でいっぱいの私は悶々とした日々を過ごしていました。「なぜ、自分はがんになったのだろう…」「なぜ自分だけ？」「これから先どうなっていくのだろう…」。

人は病を患うと、不安と孤独に陥ります。私は胸にわき上がる様々な想いや願いを誰かに聴いてもらいたいと思っていました。そんなときに、同じ境遇だからこそわかり合える仲間と出会い、「ひとりじゃない」とつながりを感じることで、孤独の闇から解放され、安堵感とともに生きる力がわいてきました。このように仲間（ピア）同士が互いに支え合うことを「ピアサポート」といいます。

キレイごとだけでがんは語れない。時には心が折れることもあります。それでも、先輩患者からいただいた感謝のバトンを次へつなぐ、そしてまた次の人へとつなぎ、仲間とともに道を切り開いていく醍醐味もあると思います。自分のがん体験を語ることは、自分自身のつらさや弱さとも向き合うことにもなるけれど、病気も人生の出会いのひとつだということを、先を歩く先輩患者が教えてくれました。

今、つらくてどうしていいのか分からない方、あなたの力になりたいと思っている人が周りにいます。勇気を出して一緒に歩んでいきましょう。大丈夫！　あなたはひとりじゃないから！

（40代　女性）

同じ病気の方の話を聞いてみたい　➔P42～P49

2. 同じ病気の方の話を聞いてみたい

(1)患者会

患者会とは同じ病気や症状、障害など、何らかの共通する患者体験を持つ人たちが集まり、自主的に運営する会のことです。お互いの悩みや不安を共有したり、情報交換をしたり、がん患者さんをサポートするための様々なプログラムを用意しています。また、社会に対する働きかけを行う活動をしているところもあります。

一般社団法人 沖縄県がん患者会連合会事務局
✆090-9780-2217　FAX:098-964-6328
「沖縄県内のがん患者会が加盟している団体です。(2010 年4月発足)『悩み抱えないで、開こう心の扉！　沖縄県内のがん患者会および支援団体が手をつなぎ、がんになっても安心して笑顔で暮らせる社会を目指します』が活動目標です。各地域の患者会との情報交換、課題の共有を目指して、県内各地域でがんフォーラムや移動サロンを実施しています」
〒904-1203　金武町屋嘉2935-85　会長:田名勉

■沖縄県がん患者会連合会に加盟している患者会

■喉頭がん、咽頭がん、舌がん、食道がん、甲状腺がん(音声機能障害)

特定非営利法人 日本喉摘者団体連合会沖縄県友声会
✆098-933-3088 FAX:098-933-3103　E-mail:dana.01@docomo.ne.jp
〒904-2171 沖縄市高原6-7-10　代表:田名勉
【活動内容】発声訓練教室、講習会
【活動場所:日時】沖縄県総合福祉センター(東棟5階 504教室):南部定例会
毎月第1水・第3土曜日13時～15時 ／ 沖縄市社会福祉センター(ゆい工房):中・北部定例会　毎月第2・4土曜日　13時～15時

■舌がん

舌(ぜつ)キャンサー・サークル
FAX:098-933-3103　E-mail:naha-masahiko@softbank.ne.jp
〒900-0025 那覇市壺川1-18-10-306　代表:松本正彦
【活動内容】舌がん患者の親睦および発声指導・訓練、スピーチサポート(パソコンによる会話機器)の紹介、購入手続きのアドバイス
【活動場所:日時】那覇市保健所2階相談室:第1土曜日　14時～15時

■婦人科がん(子宮頸がん、子宮体がん、卵巣がん、他)

沖縄県婦人科がん患者会 宇宙船子宮号　✆080-6503-7628
「闘病の悩みやつらさを共有し、ひとりじゃないよと伝えたい。いつでも貴女に寄り添い一緒に泣いて笑える、そんな存在でありたいと思っています」
〒903-0121 西原町字内間411-2-4-402　事務局 久田 方　代表:吉田祐子
相談専用:070-5697-3824(平日9時～17時)
E-mail:churajyura@willcom.com ／ ブログ:http://churajyura.ti-da.net
【活動内容】交流会・相談電話の受付
【活動場所:日時】那覇市保健所3階多目的室:第4土曜日　14時～16時

■全がん種、がん患者家族、遺族の方

中部ゆんたく交流会　✆090-9780-2217
「『がん患者さんやそのご家族が直面する、身体的な苦痛、不安な気持ちをお話ししませんか？　がんを経験した方同士が語り合い、理解し合い、ひとりひとりの心身の悩みを共有し、生きる望みにつなげていきませんか？』を会の目標として発足しました。現在は開催場所の確保が難しく、定例会はしていませんが、患者さんの要望により、2ヶ月に1回程度の割合でミニイベントを開催しています」
〒904-1203 金武町屋嘉2935-85　代表:當銘由則 ／ 事務担当:安里香代子
【活動内容】交流会
【活動場所:日時】中部福祉保健所:第3月曜日　18時半～21時

■小児がん

公益財団法人 がんの子どもを守る会(のぞみ財団)沖縄支部
✆098-934-8580 / 080-3377-0373
「小児がんは医学の進歩にともなって、“治る病気”になりつつあります。小児がんの患児・家族が直面している困難や悩みが少しでも軽くなるよう、多くの方々の支援のもとに活動をしている団体です」
〒904-0004　沖縄市中央2-6-39　代表:片倉政人
【活動内容】交流会(年2～3回)、医療相談会(年1～2回)、病院訪問など

■悪性リンパ腫

一般社団法人 グループ・ネクサス・ジャパン沖縄支部
✆090-5934-6796
「悪性リンパ腫の患者様、ご家族を対象に、何か役立つことがあればと交流会を開催しています。ご参加、お待ちしています」
【活動内容】交流会
【活動場所:日時】那覇市立病院:奇数月第4土曜日　13時～15時
※内容が変更になる場合があります。事前にお問い合わせください。

■術後オストメイト(人工肛門・膀胱造設の方、大腸がん、直腸がん、膀胱がんetc.)

公益社団法人 日本オストミー協会 ✆098-863-1251

「オストミー協会県支部は、毎月オストメイトの交流会を南部・中部・北部地区で開催しています。オストメイトはもちろん、そのご家族、どなたでも予約なしで自由に参加できます」

〒900-8516　那覇市西1-2-16　㈱琉球光和 ヘルスケア事業部内
担当：賀数
【活動内容】交流会
【活動場所：日時】(株)琉球光和(3階会議室)：第3金曜日14時～16時
中頭病院(2階会議室)：第2水曜日14時～16時半
北部地区医師会病院(2階会議室)
：第4金曜日13時半～15時半
オストミー協会宮古支部：090-8294-4120(下地)

■皮膚がん

ひふ癌「7日会」 ✆070-5531-0838

FAX：098-964-6328　沖縄県がん患者会連合会内
【活動内容】活動内容についてはお問い合わせください。

■肺がん

白色会 ✆090-9780-2217

沖縄県がん患者会連合会内
【活動内容】活動内容についてはお問い合わせください。

■胃がん

胃無胃会 ✆090-8290-4221

沖縄県がん患者会連合会内
【活動内容】活動内容についてはお問い合わせください。

■全がん種

春夏秋冬・夢倶楽部「絆」 ✆090-1940-3301

FAX：098-933-3101　〒904-2171 沖縄市高原6-7-10　代表：田名勉
【活動内容】交流会(1月、4月、7月、10月)、離島を含む各代表ボランティアの集い

■無声帯、音声機能障害者

中・北部喉摘者友の会 ✆098-974-9778

〒904-2243　うるま市宮里925-1
【活動内容】交流会
【活動場所：日時】味処萌木：毎月第3月曜日　19時～(カラオケ・ゆんたく会)

(2016年2月現在)

■その他の患者会

■乳がん

まんま宮古 ✆090-9781-5314

〒906-0013 宮古島市平良字下里1371-1
【活動内容】定例会
【活動場所：日時】会場はお問い合わせください：第2金曜日　20時～22時

ぴんく・ぱんさぁ ✆070-5487-9721

E-mail：pnkpnsa@yahoo.co.jp
「私たちは、“乳がんの知識と正しい情報”の発信と、“正しい検診による早期発見”の啓発活動を目的に、地域や病院の枠を越え、沖縄県の乳がん患者みんなで活動することを目指しています」

〒901-2133　浦添市城間2-3-1　ぴんく・ぱんさぁリボンズハウス
【活動内容】相談会や交流会など
【活動場所：日時】ぴんく・ぱんさぁリボンズハウス
第2・4火曜日　13時半～16時：ウィッグ相談日
第2水曜日　13時半～16時
：ぴーち会(20代～40代の若いメンバーの会)

■多発性骨髄腫

多発性骨髄腫おきなわ患者の会 ✆090-3895-6520

「沖縄では患者数が少なく、ひとりで悩み、先行きに不安を感じていませんか。月1回みなさんと治療の悩みや新しい情報を共有しています。明日から希望を持ってがんばりましょう」
【活動内容】交流会
【活動場所：日時】ハートライフ病院2階講堂：第2土曜日　10時～11時半

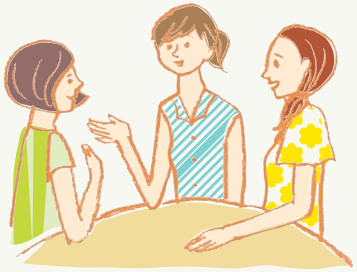
(2016年2月現在)

赤田首里殿内(あかたすんどぅんち)
黄金灯籠下ぎてぃ(くがにどぅる)
うりが明(あ)かがりば
弥勒御迎(みるくうんけー)

(赤田首里殿内)

■院内患者会

院内患者会は、別途記載されているものをのぞいて院内患者が対象です。



■乳がん

乳がん患者会 しあわせの会(中部徳洲会病院) ✆098-937-1110
〒904-8585　沖縄市照屋3-20-1
【活動内容】交流会
【活動場所:日時】中部徳洲会病院:年4回(不定期)

カッコ女倶楽部(じょくらぶ)(マンマ家クリニック) ✆098-988-4141
〒901-2111　浦添市経塚633
【活動内容】乳がんについての勉強会、講演会の開催(年会費1,000円)
【活動場所:日時】会場はお問い合わせください:2ヶ月に1回

信友会(那覇市立病院) ✆098-884-5111
外科外来(内線152)、がん相談支援センター(内線127)
〒902-8511　那覇市古島2-31-1
【活動内容】講演と交流会
【活動場所:日時】那覇市立病院:毎年11月第4土曜日
※患者・家族・一般の関心のあるどなたでも参加できる、「乳がん塾」も開催。
【活動場所:日時】那覇市立病院:2、5、8、11月。くわしくはお問い合わせを。

やすらぎの会(浦添総合病院) ✆098-878-0231
〒901-2132　浦添市伊祖4-16-1
【活動内容】交流会
【活動場所:日時】浦添総合病院:月に1回不定期開催

乳がん患者会「OHANA」(豊見城中央病院) ✆098-850-3811
(内線1175/1178)　FAX:098-852-2152
〒901-0243　豊見城市字上田25
E-mail:chiiki@yuuai.or.jp
【活動内容】交流会
【活動場所:日時】豊見城中央病院:第2土曜日　14時～16時

スマイルQ(宮良クリニック) ✆098-878-3311
〒901-2132　浦添市伊祖2-3-1
【活動内容】勉強会(※ご家族も参加可)
【活動場所:日時】宮良クリニック:奇数月第4水曜日　18時半～20時半

那覇西ひまわりの会(那覇西クリニック) ✆098-884-7824
〒902-0068　那覇市真嘉比2-29-22
【活動内容】乳がん勉強会と情報交換会
【活動場所:日時】那覇西クリニックまかび3階
第3土曜日　15時～17時:患者サロン
第1土曜日　14時～16時半:患者会活動
※帽子づくりや販売、関連図書閲覧、ゆんたくのできる「ひまわりカフェ」、くわしくはお問い合わせください。

(2016年2月現在)

(2)患者支援団体

■全がん種、患者家族、遺族、関係者の方

サバイバーナースの会「ぴあナース」 ✆070-5691-1690
「がんを経験した看護師による患者支援の会“ぴあナース”です。あなたの心に寄り添い、一緒に考え、一緒に歩みましょう」
〒901-1302　与那原町上与那原335-1　コミュニティカフェよなくる
代表:上原弘美
【活動内容】がん患者さんとご家族のための交流会「なまくまCafé」
【活動場所:日時】コミュニティカフェよなくる:第2日曜日　14時～16時

■全がん種、一般の方

ゆうかぎの会(離島圏におけるがん患者支援を考える会)
✆090-1086-2149(池間)　090-9782-2371(真栄里)
「離島の負担を減らし、安心して治療ができるように、島で暮らせるようにと考え、講演会開催、患者の声を届ける活動をしています」
〒906-0202　宮古島市上野字新里242-1　事務局:真栄里隆代
【活動内容】活動内容はお問い合わせください。

(2016年2月現在)

(3)患者サロン

患者さんやご家族、医療者、一般の方など、がんに関心のある方が気軽に語り合う交流の場です。どなたでも参加できます。

■全がん種(院内患者サロン)

やんばるゆんたく会 ✆0980-54-1111(内線2150)
〒905-0006　名護市宇茂佐1712-3　がん相談支援センター
【活動内容】勉強会と交流会
【活動場所:日時】北部地区医師会病院　活動内容はお問い合わせください。

中部地区ゆんたく会 ✆098-973-4111(内線2531、3232)
〒904-2293　うるま市宮里281　がん相談支援センター
【活動内容】勉強会と交流会
【活動場所:日時】県立中部病院:第4水曜日(または木曜日)　14時～16時

ゆんたく会 ✆098-895-1374(直通)
FAX:098-895-1497　〒903-0215　西原町字上原207
【活動内容】交流会
【活動場所:日時】琉球大学医学部附属病院内:第1火曜日　14時～16時

那覇がん患者ゆんたく会 ✆098-884-5111(内線283)
〒902-8511　那覇市古島2-31-1(がん相談支援センター 気付)
【活動内容】勉強会と交流会
【活動場所:日時】那覇市立病院敷地内那覇市北保健センター:第3水曜日　14時～15時半

がんサロン「ありんくりん」 ✆098-850-3811
〒901-0243　豊見城市字上田25　地域連携室
【活動内容】体験の語り合い情報交換やミニ講座など
【活動場所:日時】豊見城中央病院 5階多目的ホール:第3木曜日　14時～16時

みゃーくうむやす会 ✆0980-72-1352(直通)
〒906-0013　宮古島市平良字下里427-1　地域連携室
【活動内容】交流会
【活動場所:日時】宮古病院内:第1木曜日　18時半～20時半

やいまゆんたく会 ✆0980-83-2525(内線280、281)
FAX:0980-83-2553
〒907-0022　石垣市字大川732　県立八重山病院地域連携室・医療福祉相談
【活動内容】勉強会と交流会
【活動場所:日時】会場はお問い合わせください。:第3土曜日　14時～16時

■乳がん

ピアサポートサロン ぴんく・ぱんさぁリボンズハウス
✆070-5487-9721
〒901-2133　浦添市城間2-3-1　HP:http://www.pnkpnsa.okinawa
【活動内容】活動内容はお問い合わせください。
【活動場所:日時】ぴんく・ぱんさぁリボンズハウス:火～金曜日　13時～16時(祝日は休)

■小児がん

小児がん経験者の会「Ti-da わらばーむ」 ✆098-942-3407
「人との出会いを大切に、みんなで元気に楽しく生活していけるように」
〒903-0215　西原町字上原207　沖縄県地域統括相談支援センター(琉大病院内)
【活動内容】交流会・イベントの開催など
【活動場所:日時】那覇市近郊:随時

(2016年2月現在)

(4)沖縄県地域統括相談支援センター

がん体験者のピアサポーターが、がん患者さんやご家族の方の不安や心配ごとをお聴きします。「同じ病気の人と話がしたい」「他の人はどのようにしているの?」などの気持ちに寄り添い、一緒に考えていきます。また、自分のがん体験を誰かのために役立てたいと思っている方のための研修会も開催しています。お気軽にお問い合わせください。

沖縄県地域統括相談支援センター ✆098-942-3407
FAX:098-942-3408　E-Mail:info@gansoudan-okinawa.jp
〒903-0215　西原町字上原207(琉球大学病院内3階)
HP:http://www.gansoudan-okinawa.jp
相談時間　火曜日 13時～17時/水曜日 10時～14時/金曜日 13時～17時
予約受付　月～金曜日　9時～17時

コチラもCheck!

➔P12 「がん体験者の皆さんの手記」
(患者さんの体験談や手記を掲載しています)
➔P69 「患者同士の支え合いの場を利用しよう」

3. 痛さやつらさを和らげたい

(1)緩和ケア外来・緩和ケア病棟(ホスピス)

緩和ケアの役割は、時期にかかわらず、がんに伴う心と体の痛みを和らげ、患者さん、ご家族が「自分らしく」過ごせるように支えることを目指します。緩和ケアを受けるには、緩和ケア外来と、緩和ケア病棟（ホスピス）への入院という方法があります。

緩和ケア病棟（ホスピス）では、トータルペインの視点でケアの提供を行い、患者さんやご家族が過ごしやすい設備を整えています。

■緩和ケア外来・緩和ケア病棟(ホスピス)のある医療機関

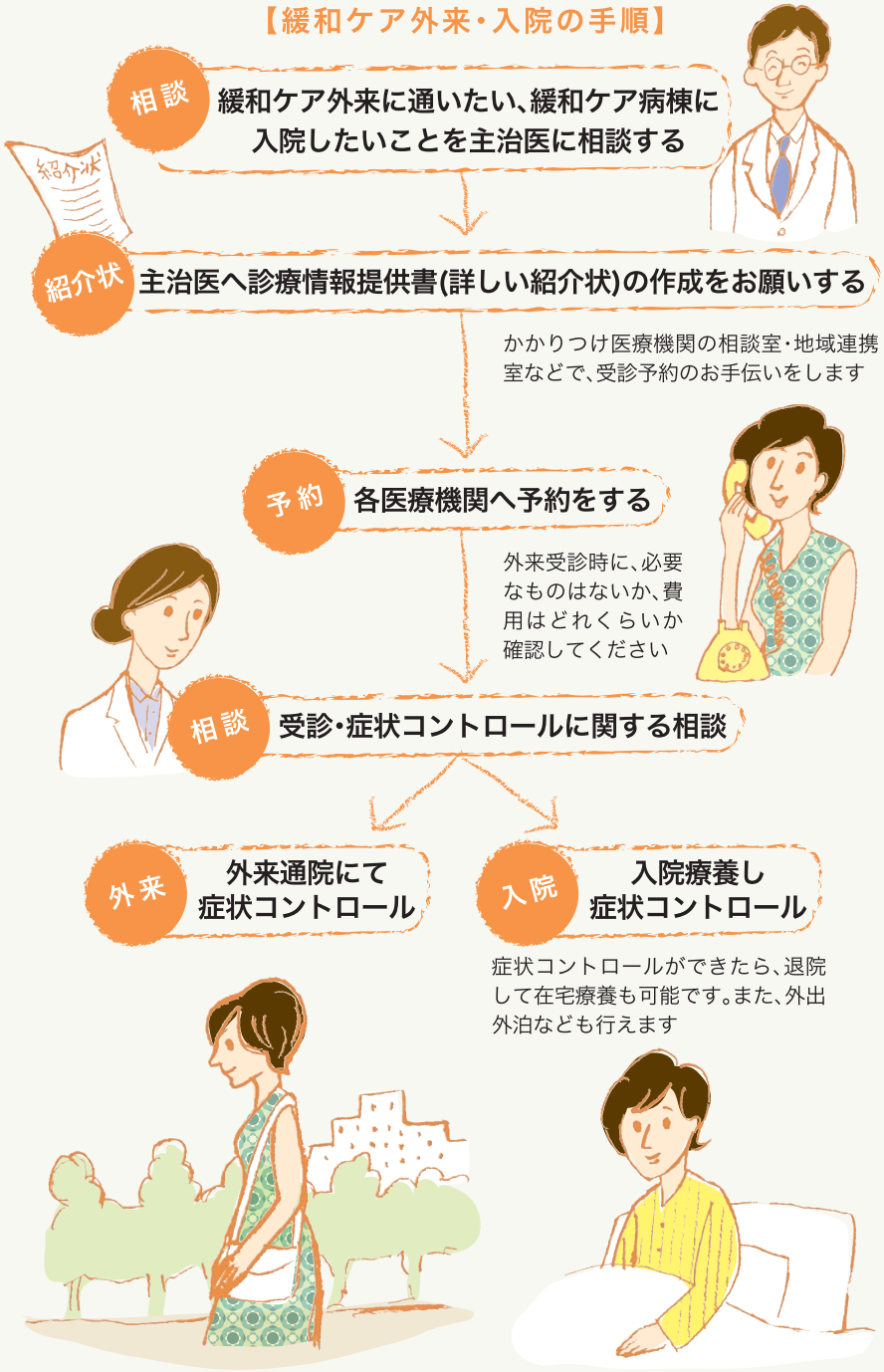
施設名	連絡先	外来	病棟(ホスピス)
沖縄病院	098-898-2121 宜野湾市我如古3-20-14	○	○
アドベンチスト メディカルセンター	098-946-2833 西原町幸地868	○	○
オリブ山病院	098-886-5567 那覇市首里石嶺町4-356	○	○
南部病院	098-994-0501 糸満市真栄里870	○	○
県立中部病院	098-973-4111 うるま市宮里281	○	—
浦添総合病院	0120-979-706 浦添市伊祖4-16-1	○	—
琉球大学 医学部附属病院	098-895-1371 西原町上原207	○	—
那覇市立病院	098-884-5111 那覇市古島2-31-1	○	—

（2016年2月現在）

コチラもCheck!

➔P161「緩和ケアについて理解する」

【緩和ケア外来・入院の手順】



(2)がんの終末期医療を担う医療機関

沖縄県保健医療計画には、終末期の患者の受け入れを行っているがん診療可能診療所が掲載されています。

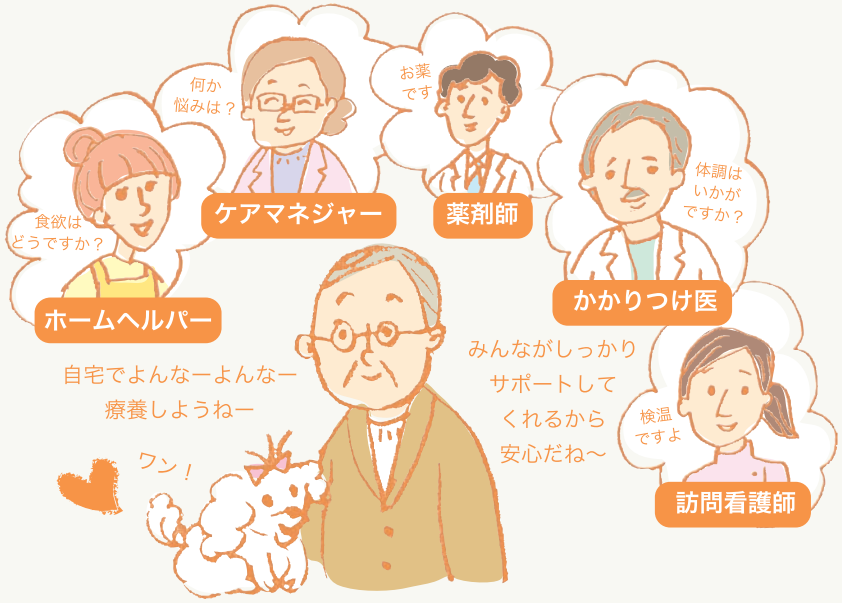
沖縄県保健医療政策課ホームページ
http://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/hokeniryo/imu/iryoukeikaku.html
保健医療計画に係る医療連携体制(エクセル:265KB)をクリック

沖縄県在宅緩和ケアマップ
http://www.okican.jp/index_caremap.jsp
沖縄県内の在宅療養支援診療所および訪問看護ステーションを検索できます

(3)がん終末期患者の在宅療養の相談

在宅療養では、専門的な知識を持った訪問診療医(かかりつけ医)や訪問看護師、薬剤師、ケアマネジャー、ホームヘルパーが患者さんの生活のペースを守りながら協力してサポートします。在宅療養を希望する場合は、かかりつけの病院の相談室・地域医療連携室、もしくはがん相談支援センターにご相談ください。

問い合わせ先 **がん相談支援センター** P38



(4)グリーフケア

グリーフとは、深い悲しみを意味します。身近な人と死別して悲しみに暮れる方が、そのつらさから立ち直れるように、そばにいて支援することをグリーフケアと呼びます。一方的に励ますのではなく、相手に寄り添う姿勢を大切にしています。グリーフケアを行っている機関は下記のとおりです。

グリーフワークおきなわ(GWO) ✆080-4316-0847
E-mail:gwo-0847@softbank.ne.jp
HP:http://griefworkokinawa.ti-da.net

東本願寺沖縄別院 ✆098-890-2490
E-mail:info@shinran-oki.org
〒901-2223　宜野湾市大山2-32-21

白雲ぬ如に　見ゆるあぬ島に
飛び渡てぃみぶしゃ　羽ぬ有とーてぃ

(白雲節)

4. 自宅での療養を続けたい

(1)訪問診療

訪問診療とは、医師が定期的に自宅訪問し、診察などを行います。患者さんやご家族からの求めに応じて 24 時間体制で応じ、必要な場合には訪問看護ステーション、さらにはケアマネジャー（介護支援専門員）とも連携を取りながら、患者さんが安心して療養生活を送ることができる体制を整えます。また、状態が急に悪くなったときには、病院医師と連携し、治療法の相談や再入院の手配を行います。

費用は医療保険または介護保険より給付されます。在宅療養支援診療所は、一般の診療所とは料金システムが異なります。

(2)訪問看護

訪問看護とは、病気や障害を持った人が住み慣れた家で、その人らしく生活ができるよう看護ケアを提供するサービスです。医師の指示のもと、訪問看護ステーションから看護師等が利用者宅を訪問し、医師等と連携を取りながら、24 時間体制で療養生活を送っている方の看護を行います。

費用は医療保険または介護保険により給付されます。

覚えておくとよいこと

訪問診療・看護を希望する場合は、がん相談支援センターまたは、かかりつけの病院のソーシャルワーカー、ケアマネジャーにご相談ください。

がん相談支援センター ➔P38

コチラもCheck!

➔P83「在宅医療、在宅での療養生活を支える仕組み」
➔P87「介護保険の申請から利用まで」

(3)介護保険

在宅で療養していると、人の助けや福祉用具（ベッドや車いすなど）が必要になることがあります。そのようなときの支援のひとつに、介護保険制度があります。介護保険の対象になると、介護度に応じて、介護保険サービスを総費用の 1 割 、または 2 割の自己負担で利用することができます。

覚えておくとよいこと

介護保険は、申請をして要介護認定を受けるまでには、約1ヶ月ほどかかります。早めに申請することをおすすめします。

各市町村介護保険担当課 ➔P88

【介護保険の対象・サービス内容】

■対象

①（第１号被保険者）65歳以上の被保険者で、入浴・排泄・食事などの日常生活動作について、介護を必要とする状態にある方、あるいは虚弱な状態であって要介護状態とならないために適切なサービスを受けることが必要な方。

②（第２号被保険者）40歳～65歳未満の医療保険に加入している方で、16の特定疾病に該当し、介護を必要とする場合。
※16の特定疾病には、医師が「がんで回復の見込みがない状態に至った」と判断した方も含まれます。

■受けられるサービス

認定審査によって要介護状態区分が決定します。ケアマネジャーと相談し、次のようなサービスが受けられます。

在宅サービス	訪問介護、訪問入浴、訪問看護、訪問リハビリ、居宅療養管理指導（医師、薬剤師、栄養士）、デイケア、デイサービス、福祉用具、住宅改修など
施設サービス	介護老人福祉施設、介護老人保健施設、介護療養型医療施設等

(4)福祉用具・介護用品の貸与

福祉用具・介護用品が急に必要になったとき、または一時的に必要になったときに、社会福祉協議会より特殊寝台（ベッド）・褥創（じょくそう）予防マット・車いす・杖・歩行器などを貸与することができます。

貸与品目や対象者、貸付期間、自己負担額などは市町村によって異なります。利用を希望される方は、各市町村の社会福祉協議会へ、直接ご連絡ください。連絡先につきましては、沖縄県社会福祉協議会のホームページにてご確認ください。各市町村の介護保険課でもお問い合わせできます。

沖縄県社会福祉協議会 ➔P89
http://www.okishakyo.or.jp

問い合わせ先 **各市町村の介護保険担当課** ➔P88

(5)介護タクシー

ホームヘルパー 2級以上の資格を取得した乗務員が、病院や施設などへの送迎、観光や冠婚葬祭など、介護を必要とする方々を車いす（座った状態）やストレッチャー（横になった状態）で、移動できる手段を提供します。利用する際は予約が必要ですので、下記の連絡先にお問い合わせください。また、利用料金やサポート料金なども事前に確認しましょう。

地　区	会社名	電　話
北部/中部/南部	沖縄介護タクシー事業協同組合	0120-356-194
八重山地区(石垣島)	ゆいケアサービス	0980-84-3939
	NPO法人ゆうき	0980-82-3600
宮古地区(宮古島)	グリーン	0980-74-3113
	みつば	0980-75-3043
	ケアネット	0980-74-1160
	社会福祉協議会(緊急対応時)	0980-72-4240

(2016年2月現在)※掲載は主な事業所です。

(6)高齢者の相談窓口(地域包括支援センター)

高齢者等（介護保険対象者含む）の総合相談や権利擁護のための相談窓口です。介護保険サービスに関する相談・苦情や、日常生活での困りごとについてご相談できます。各市町村の地域包括支援センターへご相談ください。

沖縄県高齢者福祉介護課ホームページ
http://www.pref.okinawa.jp/site/fukushi/korei/kikaku/kaigohokennseido.html

(7)ファミリーサポートセンター

ファミリーサポートセンターとは、育児の手助けをしてほしい方と、育児の手助けをしたい方が会員となり、お互いに信頼関係を築きながら、地域が主体となって行う子育て支援の有償ボランティア活動です。利用する際は、近隣市町村設置のファミリーサポートセンターへ直接ご相談ください。連絡先につきましては、労政能力開発課のホームページにてご確認ください。

■援助内容

- 保育園の開始前や終了後、子どもを預かること
- 保育園までの送迎を行うこと
- 学童保育終了後、子どもを預かること
- 保護者等の病気や急用等の場合に子どもを預かること

■利用方法

在住・在勤の市町村が設置するファミリーサポートセンターに会員登録が必要です。

沖縄県ファミリーサポートセンター連絡協議会
労政能力開発課 ✆098-866-2366
FAX:098-866-2355　〒900-8570　那覇市泉崎1-2-2
http://www.pref.okinawa.jp/site/shoko/rosei/fukushi/famisapo.html

(2016年2月現在)

5. 子どもの療養を支えたい

(1)入院中の教育支援、復帰支援

小児がん治療は、長期入院を伴うことがあります。すべての子どもは、それぞれの成長発達に応じた教育を受ける権利を有しています。治療が優先になりがちであっても教育を受け続けることは、子ども自身が病気と闘い、退院してから元の学校に通いたいという意欲の原動力にもつながります。

■沖縄県立森川特別支援学校

沖縄県内の8つの病院には、病気やケガで長期の入院を必要とする小・中・高校生が、入院治療中でも安心して学校教育が受けられるよう、森川特別支援学校による訪問学級が開設されています。

沖縄県立森川特別支援学校のホームページ
http://www.morikawa-sh.open.ed.jp

訪問学級が設置されている病院

病院名	小・中学生	高校生
県立北部病院	○	—
県立中部病院	○	—
中頭病院	○	—
琉球大学医学部付属病院	○	○
那覇市立病院	○	—
沖縄赤十字病院	○	—
沖縄協同病院	○	—
県立南部医療センター・こども医療センター	○	○

■訪問学級の特色

- 訪問学級での一週間の学習時間は６～２７時間程度で、治療日程や体調に合わせた学習が可能です。
- 授業は教室での学習を基本としますが、状況に応じて無菌室等を含むベッドサイドでの学習にも対応しています。
- ICT（Skype：映像つきの会話が可能）を活用し、入院前に在籍していた学校（以降、「前籍校」と記載）や、他病院内訪問学級との交流および協同学習も行っています。また、森川本校を会場に行われる運動会や文化祭の行事にも訪問学級から参加することが可能です。
- 入院中も、主治医・看護師だけでなく、前籍校の担任教師や病院内訪問学級の教師への相談や交流は続き、治療中の子どもを支えていきます。

■ICT交流とは？

院内学級と前籍校の級友とを Skype でつなぎ、お互いの表情を見ながら協同学習や意見交換、歌・演奏等での交流が可能です。入院治療を行っている児童生徒を元気づけ、気にしている級友に近況を知らせることができます。退院後のスムーズな学校復帰に向けた効果的な取り組みです。

■訪問学級に転入するとき

訪問学級に転入する際には、前籍校の担任とともに、学習内容の引き継ぎや入院中の連携方法についての調整を行います。退院後の転出の際には、担当医、前籍校の管理者、養護教諭、担任、保護者、そして特別支援学校の担任がカンファレンスを行い、児童生徒の学校復帰に向けて、体の状態や生活上の注意点、学習の状況などを確認していきます。

【転学の流れ】

保護者

長期の入院が必要と判断された場合に①、②を在籍校に提出します。

①主治医の診断書　②保護者の意見書

①、②の様式は、入院している病院の訪問学級で受け取れます。訪問学級が開設されていない場合は、病院関係者にお問い合わせください。

在籍する小中高校

①、②、を市町村教育委員会へ提出する

市町村教育委員会

①、②、③を県教育委員会へ通知する

県教育委員会

③転学通知

高校生の転学については、直接、学校間で手続きを行います。入院後、訪問学級までお問い合わせください。

保護者　市町村教育委員会　森川特別支援学校

三者に転学通知が送付されて転学手続きが完了します。

子ども向けの制度 ➔P84

(2)ファミリーハウス

ファミリーハウス「がじゅまるの家」は、離島や遠方から県立南部医療センター・こども医療センターなどに入院・通院する子どもとその家族が滞在できる施設です。あらかじめ「がじゅまるの家」までお問い合わせください。

ファミリーハウス「がじゅまるの家」 ✆098-888-0812
FAX：098-979-6771（受付時間：9時～17時）
〒901-0115　南風原町新川272-16　HP：http://gajyumarunoie.com
※利用予約の受付は、利用開始の1ヵ月前から前日まで。
（緊急の場合はその限りではありません。）

（2016年2月現在）

(3)入院中のきょうだい支援

子どもが入院すると、親が長く病院に付き添い、病気の子どもに関心が集まることで、きょうだいは何かと我慢を強いられ、寂しい思いをします。きょうだいへも病気のことを可能な範囲で説明し、一対一で対話をすることが大切です。また、きょうだいの担任教師や保育士などとも連絡を取り、きょうだいへの支援を依頼しましょう。

ファミリーサポートセンター ➔P57参照

(4)退院後およびAYA世代に関する相談

小児がんでは、晩期合併症の問題や、小児がんと成人がんの境界領域の世代を指す「AYA世代」に関する問題（進学、就職、結婚などに関する心理面の支援も必要になることが多いと言われています）など、長期フォローアップが必要になります。まずは、治療を受けた病院の担当医や相談支援センターに相談し、診察の際に様々な問題や悩みについてアドバイスを受けましょう。

(5)養育支援訪問事業

各市町村では、育児に関する不安や孤立感などを抱えている方などを対象に、支援員が家庭を訪問し、育児に関する専門的な悩みを聞き、育児の負担感を少しでも軽減できるよう、育児や家事の手伝いや、育児に関する専門的な支援を実施しています。

✆問い合わせ先 各市町村児童福祉担当課 ➔P88参照

(6)一時預かり事業、病児・病後児保育事業

保護者が病気や冠婚葬祭など、緊急一時的に家庭での保育が難しい場合、乳児又は幼児を保育所等において、一時的に預かる事業を行っています。（一時預かり事業）

また、病気のため、保育所に預けられない子どもを医療機関等で一時的に預かる事業も行っています（病児・病後児保育事業）。

✆問い合わせ先 各市町村児童福祉担当課 ➔P88参照

体験談

私を支えてくれたもの

私は10歳のときにがんを発病し、16歳で治癒しました。告知をされたときは、地元の学校に通えなくなることで、「病院で勉強できるの？」「友だちと遊べなくなるの？」など多くのことに悩みましたが、入院してすぐに院内学級で勉強を始めることができ、同じ病気と闘う友人もできました。闘病中は、元の学校の友だち、病院で知り合った友だちとの文通を通じて多くの人とのつながりができ、それは私にとって本当に大きな支えでした。

当時はインターネットも普及しておらず、がんに関した情報も少なく、母はがんに関する情報を図書館や書店で得ていたようです。最近では、ウェブサイトや書籍からがんに関する情報も多く得ることができます。また、多くの病院では相談員が常駐しています。ぜひ、そのような場を活用してほしいと思います。悩みを自分の中だけでためず、多くの専門家や地域の情報を知ることで解消してほしいと思います。

闘病中は、病気以外の面で悩むことがたくさんあり、それは病院の友だちも同じでした。悩みを多方面の分野で支えてくれる方々に相談することで、病気を告知されたときから治るまでのいろいろな場面の助けになると感じました。この『おきなわ がんサポート ハンドブック』を読まれている方々が、この本から多くの情報を得て支援とつながり、病気に明るく向き合って過ごしていただけたらよいなと思います。

（20代　女性）

小児がん経験者の会「Ti-da わらばーむ」 ➔P49

第3部

お金のことについて

第3部は、治療費の負担を軽くする各種制度や、生活状況にあった支援制度について紹介しています。

1. 医療費の負担を減らしたい

(1)高額療養費制度

日本ではすべての方が健康保険や国民健康保険、共済組合など、公的医療保険に加入しており、治療費の1～3割の自己負担で治療を受けることができますが、がんの治療では自己負担の額だけでもかなり高い金額になることがあります。

高額療養費制度を利用すると、自己負担の額を一定の金額に抑えることができます。多くの方が利用できますので、ぜひご活用ください。

高額療養費制度は、患者さんが支払ったお金を後から払い戻す仕組みですので、治療の際に患者さん自らが高額のお金をいったん用意しなければならない場合もあり得ます。ただし高額療養費限度額適用認定証を併せて活用すると、払い戻しではなく、あらかじめ支払いの額を抑えることができます。

なお高額療養費制度での自己負担の限度額は、次ページの表のように年齢や収入によって異なります。

問い合わせ先 **加入している各医療保険の窓口** P90

□70歳未満の方の場合

①1日～月末の月毎の計算となります。(食費や医療保険のきかない診断書は含まれません)

②同じ医療機関ごとに計算します。外来での医療費と入院費は別々に計算します。医科と歯科は別々に計算します。

③同じ人が同じ月に、21,000円以上の自己負担額が2件以上あるときは、合わせて計算し、自己負担限度額を超えた金額が払い戻されます。例は右記の図をご覧ください。

④外来での費用は、病院の外の薬局での費用も含みます。

⑤自己負担分を超えた払い戻しがある方には各医療保険より後日、通知があります。

高額療養費/自己負担限度額(1ヶ月分)

区分		一部負担金の額(自己負担限度額)	1年間に4回以上あるとき4回目から	食事の標準負担額(1食)
ア	年収約1,160万円以上	252,600円＋(医療費－842,000円)×1%	140,100円	260円
イ	年収約770万～約1,160万円	167,400円＋(医療費－558,000円)×1%	93,000円	
ウ	年収約370万～約770万円	80,100円＋(医療費－267,000円)×1%	44,400円	
エ	年収約370万円未満	57,600円		
オ	低所得者非課税世帯	35,400円	24,600円	210円(90日まで) 160円(過去12ヵ月で91日以上)

(2016年2月現在)

例 47歳男性 限度額区分:エ(年収約370万円未満)

	A病院	A病院	B薬局	C病院
	入院して手術	化学療法で外来通院		放射線治療で通院
医療費10割	1,000,000円	50,000円	30,000円	50,000円
自己負担3割	300,000円	15,000円	9,000円 ※合計24,000円	15,000円 ※21,000円を超えないため合算不可

【自己負担限度額】 57,600円

【払い戻される額】 (300,000円＋15,000円＋9,000円)－57,600円＝266,400円

※注意:世帯での合算は各医療保険窓口へご確認ください。

(2016年2月現在)

□70歳以上の方の場合（後期高齢者医療の方も含む）

①１日～月末の月毎の計算となります。（食費や医療保険のきかない診断書は含まれません）

②以下の表のように外来のみの場合と入院＋外来の場合で自己負担限度額が異なります。すべて合算し、自己負担限度額を超えた金額が払い戻されます。

③外来での費用は、病院の外の薬局での費用も含みます。

④払い戻しがある方には各医療保険より後日、通知があります。

高額療養費/自己負担限度額（1ヶ月）

区　分	外来	外来+入院	1年間に4回以上あるとき4回目から	食事の標準負担額（1食）
現役並み所得者	44,400円	80,100円+(医療費−267,000円)×1%	44,400円	260円
一　般	12,000円	44,400円		260円
低所得者Ⅱ 非課税世帯	8,000円	24,600円		210円(90日まで) 160円(過去12カ月で91日以上)
低所得者Ⅰ 非課税世帯	8,000円	15,000円		100円

（2016年2月現在）

コチラもCheck!

➔P96 「治療にかかる費用について」
➔P101「公的助成・支援の仕組みを活用する」

（2）高額療養費限度額適用認定証（以下、限度額認定証）

限度額認定証を持っていると病院や薬局での支払いが一定の金額（自己負担額）にとどめられる制度です。

覚えておくとよいこと

①限度額認定証の申請をした月の初日から有効です。

②病院等の窓口へ提示が必要です。忘れた場合は払い戻しとなります。 **加入している各医療保険の窓口** ➔P90

□70歳未満の方、70歳以上の非課税世帯の方

事前に加入する健康保険組合などに交付申請をしてください。病院・薬局などで「限度額認定証」を窓口に提示してください。

□70歳以上75歳未満で非課税世帯等ではない方

事前の手続きは必要ありません。病院・薬局などで「高齢受給者証」を窓口に提示してください。

□75歳以上で非課税世帯等ではない方

事前の手続きは必要ありません。病院・薬局などで「後期高齢者医療被保険者証」を提示してください。

（3）標準負担額減額認定証

対象は70歳以上の非課税世帯（低所得Ⅰ・Ⅱ）の方のみです。入院時の食事費用の自己負担を減額する制度です。

覚えておくとよいこと

①限度額認定証と一緒に手続きします。あわせて１枚の認定証がもらえます。

②申請した月の初日から有効です。

③申請を忘れたり、病院窓口への提示を忘れると、後日払い戻しがないので注意してください。 **加入している各医療保険の窓口** ➔P90

(4)高額療養費貸付制度

医療費(保険適用分)の自己負担分が立て替えできないときに、1ヶ月の医療費の自己負担限度額を差し引いた額の8割～ 10割が無利子で貸し付けられる制度です。医療費を支払う前に手続きをしてください。

限度額認定証の手続きを忘れたり、複数の医療機関で高額な医療費の支払いがあるときなどにも利用できる制度です。ただし、加入する医療保険によっては利用できない場合もあります。

加入している各医療保険の窓口 ➔P90

(5)高額医療・高額介護合算制度

医療の「高額療養費制度」と介護の「高額介護・高額介護予防サービス費」の両方を利用した上で、合わせた総額が1年間に一定額を超えた場合に払い戻しを受けることができます。

①世帯内の同一の医療保険の加入者が対象です。
②費用は、毎年8月からの1年間で計算されます。
(8月1日～7月31日)

加入している各医療保険の窓口 ➔P90

(6)確定申告による医療費等の控除

1年間に一定以上の医療費など(および介護費用)の自己負担があった場合に、税金を軽減します。一定の収入のあるすべての人が対象となります。

覚えておくとよいこと

①該当しそうな領収書やレシートは捨てずに必ず保管しましょう。
②高額療養費制度では対象とならない費用も該当します。
③会社などの年末調整とは別に、自分で確定申告をする必要があります。

居住地を管轄する税務署 ➔P91

■計算方法

①1月1日～ 12月末に支払った医療費から「高額療養費制度などから払い戻された費用・生命保険やがん保険の給付金・保険金」を差し引きます。
②そこからさらに、総所得金額の5%または10万円のいずれか少ない額を差し引きます。なお、医療費控除は最高限度額200万円と定められています。

■対象となる主な費用

・医師や歯科医師による診療費
・通院交通費(ガソリン代や駐車料金はのぞく)、入院時の部屋代(必要時)や食事代、医療器具の購入・貸与費など
・介護保険サービス利用料の一部
・寝たきり高齢者のおむつ代(医師の証明が必要)
・治療目的でのマッサージ・指圧師、鍼灸師、柔道整復師などの施術費用
・薬代(病気やけがで、薬局等にて購入した市販薬も含む)など
・骨髄バンクに支払う患者負担金
・医師による不妊症の治療費や人工受精の費用に対する診療費

申告時期　所得税の確定申告期間(毎年2月16日～3月15日)

サー安里屋(あさどや)ぬ　クヤマにヨー
サーユイユイ
あん美(ちゅ)らさ　生(ま)りばしヨー
マタハーリヌ　チィンダラ
カヌシャマヨー
(安里屋ユンタ)

(7)その他の制度

■ 四肢のリンパ浮腫治療のための弾性着衣等にかかる療養費の支給

リンパ節郭清術を伴う悪性腫瘍の術後に発生する四肢のリンパ浮腫の治療のために、医師の指示に基づき購入する弾性ストッキング、弾性スリーブ、弾性グローブおよび弾性包帯が支給対象になります。

□ 支給対象となる疾病

リンパ節郭清術を伴う悪性腫瘍（悪性黒色腫・乳腺をはじめとする腋窩部のリンパ節郭清術を伴う悪性腫瘍、子宮悪性腫瘍、子宮附属器悪性腫瘍・前立腺悪性腫瘍および膀胱をはじめとする泌尿器系の骨盤内リンパ節郭清術を伴う悪性腫瘍の術後に発生する四肢のリンパ浮腫）

□ 支給回数

1度に購入する弾性着衣は、洗い替えを考慮し、装着部位ごとに2着を限度とする。
※弾性着衣の着圧は経年劣化することから、前回の購入後6ヶ月経過後において再度購入した場合は療養費として支給されます。

□ 支給額

上限額	弾性ストッキング	28,000円 (片足用の場合25,000円)
	弾性スリーブ	16,000円
	弾性グローブ	15,000円
	弾性包帯 (医師の判断により弾性着衣を使用できないとの指示がある場合に限り支給対象となる)	上肢7,000円 下肢14,000円

□ 申請に必要な書類

・療養費支給申請書
・弾性着衣等装着指示書
・弾性着衣等を購入した際の領収書(原本)または費用の内訳がわかる書類

問い合わせ先 **加入している各医療保険の窓口** P90

■ 志村大輔基金

白血病などの血液疾患治療中で分子標的治療薬を服用している患者さんの治療費、精子保存にかかる採取・保存費用、採取にかかる交通費の一部を助成しています。

【助成の対象】
①血液疾患の治療中で、分子標的治療薬を服用中の70歳未満の方
②今後、造血幹細胞移植や抗がん剤治療を開始予定で、精子保存を希望される45歳以下の男性患者

■ こうのとりマーリン基金

白血病などの血液疾患治療中で造血幹細胞移植や抗がん剤治療を行う予定の女性に対し、受精卵子の凍結保存や、その後の体外受精の費用の一部を助成しています。

【助成の対象】
①造血幹細胞移植や抗がん剤治療を開始予定で、未受精卵子保存を希望される女性患者
②過去に血液疾患の治療を受けた元女性患者、保存していた未受精卵子を使用して妊娠を望む方
③対象年齢は、日本生殖医学会の年齢制限基準に準じる

【助成の条件】
世帯の収入が当基金の定める額を超えていない方。審査があります。

【問い合わせ先】
全国骨髄バンク推進連絡協議会 ✆03-5823-6360
〒101-0031　東京都千代田区東神田1-3-4　KTビル3F
FAX:03-5823-6365　http://www.marrow.or.jp/supports/

2. 治療を続けながら働きたい

現状ではがんに特化した休職制度はありませんが、主治医ともよく相談しながらご自身の治療計画に合わせて、就業計画を立てることが大切です。必要に応じて産業医や産業保健師、職場の人事関係担当者、がん相談支援センターの相談員、総合労働相談コーナーへ相談できる場合もあります。

職場の就業規則や傷病休暇制度をはじめ、仕事を持つ人向けの制度や情報を集めておきましょう。

(1)労働問題全般についての相談

■総合労働相談コーナー

県内の労働局、労働基準監督署内で、無料で労働問題の専門家が相談に応じています。相談内容によっては、担当窓口をご案内する場合があります。
受付時間:平日9時～17時(正午から13時までのぞく)

沖縄労働局総合労働相談コーナー ✆098-868-6060
(沖縄労働局企画室内3階)

■労働相談(沖縄県女性就業・労働相談センター内)

沖縄県では、労働に関する問題について労使双方から幅広く相談(電話・訪問)に応じています。
受付時間:月～土曜日　9時～20時

フリーダイヤル(通話料無料) ✆0120-610-223

■沖縄県社会保険労務士会　総合労働相談所

労働問題全般に関する相談に、社会保険労務士が無料で対応します。相談は第1・3土曜日(祝日のぞく)の14時～16時、電話か来所。来所の場合は事前に電話またはFAXでご予約をお願いします。
受付時間:平日9時～16時

✆098-863-4395　FAX:098-863-3563

(2016年2月現在)

コチラもCheck!
➔P45「社会とのつながりを保つ」

(2)働く人の「こころ」と「からだ」の健康相談

■沖縄県産業保健総合支援センター

産業医学、メンタルヘルス、労働衛生法令等に関する様々な問題について、窓口、電話、FAX、メール等で無料相談に応じます。(相談支援の内容等についてはセンターのHPをご覧ください)

✆098-859-6175　http://www.sanpo47.jp
利用時間:平日8時半～17時15分　※窓口相談は事前予約
〒901-0152　那覇市字小禄1831-1　沖縄産業支援センター2階(203-1)

(3)生活から就職までの総合相談

■グッジョブセンターおきなわ

みなさまの「働きたい」「雇用したい」を応援します。若年者、中高年齢者、子育て中の女性、さまざまな理由で長い間就職できずにお困りの方や生活に不安を抱える方など、さらには事業主の方をサポートします。

グッジョブセンターおきなわ ✆098-865-5006
http://www.gjcenter.jp
利用時間:月～金曜日(祝日、年末年始をのぞく)　9時～17時
〒900-0021　那覇市泉崎1-15-10 1F

グッジョブセンターおきなわ 中部サテライト ✆098-923-0078
利用時間:月～金曜日(祝日、年末年始をのぞく)　9時～17時
〒904-0116　北谷町北谷2-13-3

(4)医療機関での就労相談

がんになっても安心して働けるように、社会保険労務士とソーシャルワーカーが協働して相談に応じます。

■琉球大学医学部附属病院がん相談支援センター

✆098-895-1507
利用時間:毎月第1・3金曜日(祝日のぞく)　13時～17時、要予約

■那覇市立病院がん相談支援センター

✆098-884-5111(内線283)
利用時間:毎月第3水曜日(祝日のぞく)　13時～17時、要予約

(5)女性の就業相談、仕事と子育ての両立などの相談

■沖縄県女性就業・労働相談センター(三重城合同庁舎5階)

「女性のおしごと応援事業」では、働きたい、働き続けたい女性を総合的に支援するため、相談窓口の設置や、キャリアアップセミナー、内職求人情報の案内などを行っています。

098-863-1788　利用時間:平日8時半～17時15分

■母子家庭等就業・自立支援センター

ひとり親世帯および寡婦(40歳以上の独身女性で、かつてひとり親として児童を扶養していたことのある方)を対象に、電話や面談により様々な相談を受け付けています。主に就業相談・養育相談・法律相談を行っています。

098-887-4099

受付時間:月・火・木・金曜日　9時～17時(電話相談可、来所相談は要予約)

(6)働くがん患者の支援団体、冊子

一般社団法人CSRプロジェクト　03-6456-1700

http://workingsurvivors.org

がん治療に伴う経済的な不安や雇用に関する不安など、電話相談にも対応しています。電話相談は事前に申し込みが必要です。

NPO法人キャンサーリボンズ　03-3546-6101

http://www.ribbonz.jp

『がんと働く』プロジェクトで、がんを持っていても自分らしい働き方を続けられることを目指して、リワークノートの発行やさまざまな情報提供をしています。

がんと共に働く 知る・伝える・動き出す

http://special.nikkeibp.co.jp/as/201401/work_with_cancer/

がん患者の方が働き続ける際に役立った工夫や職場の対応など、様々な取り組みを情報提供しています。

がんと仕事のQ＆A　第２版

http://ganjoho.jp/public/support/work/qa/

体験者からの声を元に作られたQ＆A集です。体験者からのアドバイスやコラム、役立つ資料も掲載されています。国立がん研究センターがん対策情報センターの「がん情報サービス」サイトからダウンロード可能です。

体験談

「仕事と、子育てと、乳がんの治療」

３人目の子供を出産し、しばらくして「乳がん」の診断を受けました。

覚悟はしていました。以前よりしこりがあって検診を受けてきたので、大きくなってきたしこりに「やっぱりか～」と。先生より抗がん剤治療と手術の説明があり、治療は受けるつもりだけど、小さな３人の子供のこと、仕事のこと、治療費のこと、不安はいっぱいでした。

夜勤のある仕事をしていますが、家計のことを考えると仕事を辞めるわけにはいきません。でも、治療を受けながら働けるのか不安でした。抗がん剤の副作用で髪の毛が抜けたり、体調が悪くなったりしても業務がこなせるだろうか。そもそも働いてよいのだろうか。

そんな悩みを所属長と乳がん経験者の上司が支えてくれました。夜勤をなくし、日勤のみに勤務形態を変更し、「まずはやってみよう！」と声をかけていただいたのです。私の休みの日に所属長から同僚へ、病気で配慮が必要なことを説明してくれたようです。

いざ治療が始まってみると、上司が日々の様子を気にかけてくれて、体調不良の時には早退したり、体力を使う力仕事ではなく事務仕事に切り替えてくれたりと、何とか勤務を続けることができました。

今思えば、仕事と子育てで毎日が目まぐるしく、病気のことを考えるのは病院に来ているときだけで、病気のことを思いわずらう時間がなかったことが、逆に、私にとって病気を乗り越える助けになったと思います。

（30代　女性）

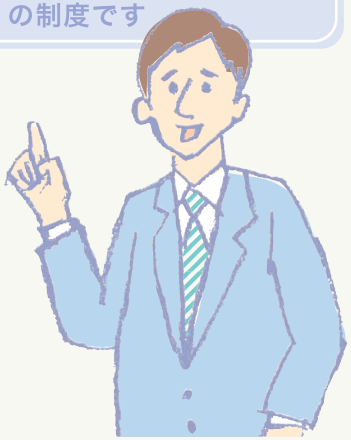
3. 家庭の状況に合う支援を受けたい

(1)傷病手当金

会社員や公務員などが、病気などで働けなくなったときに、生活を支えてくれる制度です。健康保険、共済組合に加入しているご本人が、給料がもらえない場合などに、ある程度の収入が保障されます。

加入期間が１年以上あれば、退職後も傷病手当金の給付が受けられる場合があります。退職日までに３日以上連続して欠勤し、以下の条件を満たしていることが条件です。

会社員や公務員の方向けの制度です



対象となる人

健康保険、共済組合、船員保険に加入しているご本人

対象の条件

・病気のために仕事ができない状態
・３日以上連続して欠勤している
・給与が支払われない

※給料をもらっていても、その額が傷病手当金の額よりも少ない場合は、その差額が支払われます。

覚えておくとよいこと

・支給期間は休職４日目から１年６ヵ月間です。
・担当医師の証明、事業主(会社)の証明が必要になります。
・会社を辞める前に、加入している医療保険窓口に相談しましょう。

問い合わせ先 **加入している各医療保険の窓口** P90

(2)ひとり親家庭等医療費助成制度

ひとり親家庭(母子および父子家庭等)の医療費を助成する制度です。所得制限があります。

ひとり親家庭や小児向けの制度です

対象となる人

各種医療保険に加入している以下の方
①母子家庭の母と児童
②父子家庭の父と児童
③養育する父母がいない児童

対象の条件

事前に申請が必要です。この制度での「児童」とは18歳未満の子どもで、18歳に達した日の属する年度の末日までです。

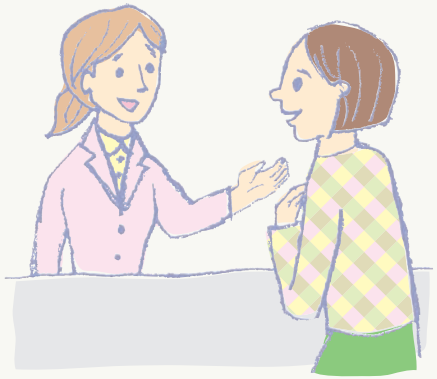
問い合わせ先 **各市町村の児童家庭課など** P88

(3)一部負担金の減免制度

災害や失業などにより生活が苦しく、医療費の負担が困難な方に、所定の審査を経た上で一部負担金(ただし自己負担限度額内)の減額または免除をする制度です。

申請は、患者自身で行う必要があります。減額または免除された一部負担金は、加入している医療保険者から支払われます。

生活が困窮した方向けの制度です



問い合わせ先 **加入している各医療保険組合の窓口** P90

(4)生活保護

病気や失業、老齢などの理由で、生活費や医療費などに困る場合があります。家族の収入が国の定める基準以下のとき、足りないところを補う制度です。あらゆる手段を尽くしても、それでも生活のメドが立たないときに、初めて適用されます。保護の申請の種類には、日常生活に必要な費用については生活扶助、医療については医療扶助、介護サービスについては介護扶助などがあります。

覚えておくとよいこと

・決定までに14日～30日かかります。
・決定したら、必要なすべての書類を揃えて、提出した日にさかのぼって支援を受けられます。それ以前の時期は適用外ですので、申請を希望する場合は、早めに相談に行くことをおすすめします。

問い合わせ先 **各市町村の福祉相談窓口か福祉事務所** P88

(5)生活福祉資金貸付制度

収入が少ない世帯に、緊急的かつ一時的に生計の維持が困難となったときに、生活福祉資金を貸し付ける制度です。用途別に、貸付資金枠や限度額が設けられており、条件がありますので、お問い合わせください。貸付利率は年３％ですが、療養費や介護費などについては無利子です。

対象となる人

低所得世帯、高齢者世帯で他からの融資が困難な世帯

問い合わせ先 **お住まいの地区の民生委員か、沖縄県社会福祉協議会**
http://www.okishakyo.or.jp P89

4. 離島に住む方向けの制度を知りたい

(1)がん治療の渡航費助成

本島や県外での治療が必要ながん患者さんに対し、航空運賃の一部を助成する制度です。対象者は、石垣市･宮古島市に住所がある方で、以下の通りです。

①「特定疾患」「小児慢性特定疾患」の受給者証を持っている方
②悪性新生物疾患（がん）に罹患している方のうち、市内の協力医療機関の主治医が「市外の医療機関での通院治療が必要」と認めた方
③上記①のうち、低年齢および介護が必要で、ひとりでの通院が難しい方に付き添いで同行する方（患者の２親等以内の親族に限る）
※③は、宮古島市のみ実施

問い合わせ先 **【石垣市】石垣市健康福祉センター** 0980-88-0088
【宮古島市】宮古島市役所 健康増進課 0980-73-1978

(2)離島･へき地のがん患者等の宿泊支援

離島・へき地に居住するがん患者さんが、地域では受診できない放射線治療のため、放射線治療が可能な本島中南部の７病院で治療を受ける場合、治療に必要な宿泊費の割引を行います。 (2016年2月現在)

対象となる人

本島中南部の放射線治療が可能な7病院で外来の放射線治療を受けている離島・へき地のがん患者さんと必要な付添人（1人）
【対象居住地】本島と橋が架かっていない離島および本島の名護市以北
【対象宿泊施設】沖縄県ホテル旅館生活衛生同業組合に加盟し、指定された宿泊施設。具体的な宿泊施設は、沖縄県保健医療政策課までお問い合わせください。

問い合わせ先 **沖縄県保健医療部保健医療政策課** 098-866-2169
放射線治療を行っている本島内の７病院 P27

5. 障害についての支援を受けたい

(1)障害年金

病気などで重度の障害が残った65歳未満の方に支給される制度です。がんで人工肛門造設や喉頭摘出術を受けた方はもちろんですが、日常生活に制限を受ける状態になったがん患者さんも受けることができます。

障害基礎年金は、障害の程度によって1級と2級に分かれており、障害厚生年金などは1～3級まであります。なお、障害等級は、身体障害者手帳などとは基準が違い、手続きも別に行う必要があります。

覚えておくとよいこと

- はじめて病院にかかった日(初診日)が重要になりますので、必ず書き留めておきましょう。
- 基準や手続きが複雑な制度になっていますので、通院・入院している医療機関のソーシャルワーカーへご相談ください。

問い合わせ先 **各市町村の国民年金担当窓口** P88
各共済組合窓口、お近くの年金事務所 P90

(2)障害手当金(厚生年金)、障害一時金(共済年金)

障害手当金は厚生年金、障害一時金は共済年金の加入者が対象です。どちらも、3級より障害が軽い場合に、一度だけ支給されるものです。まずは通院・入院している医療機関のソーシャルワーカーへご相談ください。

問い合わせ先 **各共済組合窓口、お近くの年金事務所** P90

覚えておくとよいこと

- 民間の生命保険に加入している方で、高度障害状態に該当する場合は、高度障害保険金の請求ができる場合があります。ご加入の保険会社へご確認ください。

5. 障害についての
支援を受けたい

(3)身体障害者手帳

身体障害者手帳を持つことにより、以下にある様々な福祉サービスが受けられます。

がんで人工肛門造設や喉頭摘出術を受けた方はもちろんですが、日常生活に制限を受ける状態になったがん患者さんも利用できることがあります。

手帳は障害の種類や程度などによって1～6級に区分され、等級によって受けられる福祉サービスの内容が異なります。

覚えておくとよいこと

- 所定の診断書は、都道府県知事に指定された医師のみ作成できます。
- まずは通院・入院している医療機関の主治医、またはソーシャルワーカーへご相談ください。
- 申請してから結果がわかるまで約2～3ヶ月かかります。

問い合わせ先 **各市町村の障害福祉担当窓口** P88

■福祉サービスの内容

- 日常生活用具の給付(人工肛門・人工膀胱などの補装具、喉頭摘出者に対する電動人工喉頭機やファクシミリなど)
- 税金の控除・減免
- 公共交通機関運賃の割引

■重度心身障害者医療費等助成の内容

医療保険に加入しているおおむね身体障害者手帳1・2級の方については、医療費の自己負担限度額分の後日手続きによる払い戻しがあります(本人および世帯員の所得によって、該当しない場合があります)。

コチラもCheck!

P112「年金などからの支給」
P113「身体障害者手帳」

6. 子ども向けの制度を知りたい

(1)小児慢性特定疾病医療費助成制度

がんを含む小児慢性特定疾病の治療にかかった費用のうち、世帯の所得税額に応じて支払う自己負担金額を超えた部分を助成する制度です。対象となるかどうか、かかりつけの医師に相談しましょう。

問い合わせ先 **県内の各福祉保健所** P91

対象となる人

18歳未満の児童(引き続き治療が必要であると認められる場合は20歳まで)

対象の条件

生計の中心者の所得に応じた月額負担があります。

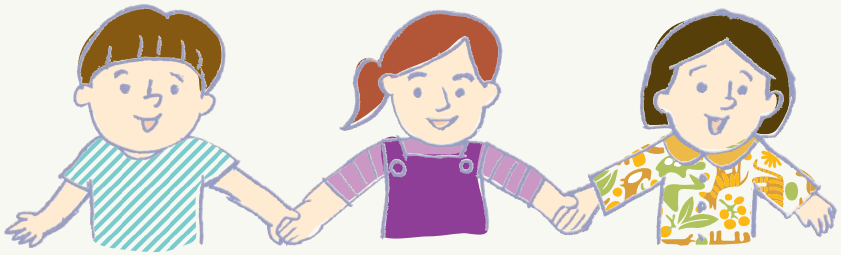
(2)特別児童扶養手当

一定の障害の状態にある20歳未満の児童を養育する父または母、もしくは実際の養育者に対する手当です。所得制限があります。

問い合わせ先 **お住まいの市区町村の児童福祉関係窓口** P88

【支給額】(2016年2月現在)

1級該当の障害児:月額51,100円、2級該当の障害児:月額34,030円



(3)障害児福祉手当

重度の障害を持つため、日常生活に常時介護を必要とする在宅の20歳未満の児童に対する手当です。所得制限があります。入院中の受給(申請)可否は市町村によって異なります。

問い合わせ先 **お住まいの市区町村の障害福祉窓口** P88

【支給額】(2016年2月現在) 月額14,480円

(4)その他の制度

疾病や治療によって、各団体の療養制度を利用できる場合があります。相談支援センターまたは、各団体へお問い合わせください。

■公益財団法人 がんの子どもを守る会療養援助制度

治療期間が長期にわたることや、保護者の付き添いによる二重生活やきょうだい児の保育などによって生じる経済的負担に対し、療養費の援助をしています。
・一般療養費援助:一律5万円(所得制限あり)
・特別療養費援助:治療に要する保険対象外の負担が多大な場合、当療養援助審査会での審議によって援助額が決定され、20万円を最高限度額として援助。

がんの子どもを守る会 03-5825-6312
相談専用電話(平日10時～16時)

■公益財団法人 HLA研究所「淳彦基金」

造血幹細胞移植が必要な患者さんで経済的事情のある方へ、HLA検査費用を援助しています。ただし「HLA研究所」での検査費用に限ります。申し込みは主治医から行う必要があります。
基金についてのお問い合わせ・申し込みは「淳彦基金を育てる会」事務局へ。

「淳彦基金を育てる会」事務局 042-523-0571
FAX:042-524-3311
E-mail:pochit@mub.biglobe.ne.jp
HP:http://www.hla.or.jp/atsuhiko

■佐藤きち子患者支援基金

白血病などの血液疾患治療中で日本国内に居住し、日本国内で造血幹細胞移植全般（血縁・非血縁を問わず）を受けることを望みながら、経済的事由により実施が困難な患者とその家族に対し、骨髄バンクに支払う費用や、造血幹細胞移植医療に伴う交通費・滞在費等を援助しています。

※2014年9月申請分より休止となっています。再開に備えて申請書類など必要な情報はホームページに掲載されています。

全国骨髄バンク推進連絡協議会 事務局

✆ 03-5823-6360
FAX：03-5823-6365
〒101-0031　東京都千代田区東神田1-3-4　KTビル3F
HP：http://www.marrow.or.jp/support/kichiko

じんじん　じんじん
酒屋（さかや）ぬ水喰（みじくわ）てぃ
落（う）てぃりよー　じんじん
下がりよー　じんじん
（じんじん）

問い合わせ先一覧

■役所・役場一覧

施設名	住　所	電話番号
北部医療圏		
国頭村役場	〒905-1495 国頭村字辺土名121	0980-41-2101
大宜味村役場	〒905-1392 大宜味村字大兼久157	0980-44-3001
東村役場	〒905-1292 東村字平良804	0980-43-2201
今帰仁村役場	〒905-0492 今帰仁村字仲宗根219	0980-56-2101
本部町役場	〒905-0292 本部町字東5	0980-47-2101
名護市役所	〒905-8540 名護市港1-1-1	0980-53-1212
伊江村役場	〒905-0592 伊江村字東江前38	0980-49-2001
伊平屋村役場	〒905-0793 伊平屋村字我喜屋251	0980-46-2001
伊是名村役場	〒905-0695 伊是名村字仲田1203	0980-45-2001
中部医療圏		
恩納村役場	〒904-0492 恩納村字恩納2451	098-966-1200
宜野座村役場	〒904-1392 宜野座村字宜野座296	098-968-5111
金武町役場	〒904-1292 金武町字金武1	098-968-2111
うるま市役所	〒904-2292 うるま市みどり町1-1-1	098-974-3111
読谷村役場	〒904-0392 読谷村字座喜味2901	098-982-9200
沖縄市役所	〒904-8501 沖縄市仲宗根町26-1	098-939-1212
嘉手納町役場	〒904-0293 嘉手納町字嘉手納588	098-956-1111
北谷町役場	〒904-0192 北谷町字桑江226	098-936-1234
北中城村役場	〒901-2392 北中城村字喜舎場426-2	098-935-2233
中城村役場	〒901-2493 中城村字当間176	098-895-2131
宜野湾市役所	〒901-2710 宜野湾市野嵩1-1-1	098-893-4411
南部医療圏		
西原町役場	〒903-0220 西原町字与那城140-1	098-945-5011
浦添市役所	〒901-2501 浦添市安波茶1-1-1	098-876-1234

施設名	住　所	電話番号
南部医療圏		
那覇市役所	〒900-8585 那覇市泉崎1-1-1	098-867-0111
豊見城市役所	〒901-0292 豊見城市字翁長854-1	098-850-0024
南風原町役場	〒901-1195 南風原町字兼城686	098-889-4415
与那原町役場	〒901-1392 与那原町字上与那原16	098-945-2201
南城市役所	〒901-0695 南城市玉城字富里143	098-948-7111
八重瀬町役場	〒901-0401 八重瀬町字東風平1188	098-998-2200
糸満市役所	〒901-0392 糸満市潮崎町1-1	098-840-8111
渡嘉敷村役場	〒901-3592 渡嘉敷村字渡嘉敷183	098-987-2321
座間味村役場	〒901-3496 座間味村字座間味109	098-987-2311
粟国村役場	〒901-3792 粟国村字東367	098-988-2016
渡名喜村役場	〒901-3692 渡名喜村字渡名喜1917-3	098-989-2002
南大東村役場	〒901-3895 南大東村字南144-1	0980-22-2001
北大東村役場	〒901-3992 北大東村字中野218	0980-23-4001
久米島町役場	〒901-3193 久米島町字比嘉2870	098-985-7121
宮古医療圏		
宮古島市役所	〒906-8501 宮古島市平良字西里186	0980-72-3751
多良間村役場	〒906-0692 多良間村字仲筋99-2	0980-79-2011
八重山医療圏		
与那国町役場	〒907-1801 与那国町字与那国129	0980-87-2241
石垣市役所	〒907-8501 石垣市美崎町14	0980-82-9911
竹富町役場	〒907-8503 石垣市美崎町11-1	0980-82-6191

社会福祉協議会

沖縄県社会福祉協議会 ✆098-887-2000

〒903-8603 那覇市首里石嶺町4-373-1 沖縄県総合福祉センター内

■年金事務所一覧

名護年金事務所 ✆0980-52-2522 〒905-0021 名護市東江1-9-19
コザ年金事務所 ✆098-933-2267 〒904-0021 沖縄市胡屋2-2-52
浦添年金事務所 ✆098-877-0343 〒901-2121 浦添市内間3-3-25
那覇年金事務所 ✆098-855-1118 〒900-0025 那覇市壺川2-3-9
平良年金事務所 ✆0980-72-3650 〒906-0013 宮古島市平良字下里791
石垣年金事務所 ✆0980-82-9211 〒907-0004 石垣市登野城55-3

※所轄区域は、健康保険・厚生年金保険、国民年金、船員保険のそれぞれで分かれていますので、自身の加入する保健の所轄をお問い合わせください。
※傷病手当金などの申請受付や相談は、全国健康保険協会沖縄県支部で行っています。遠方の方は、電話による相談や、郵送による申請書の提出がスムーズです。

■各医療保険窓口

□健康保険

組合管掌健康保険
【対象者】健康保険組合に加入した会社に所属する社員、およびその扶養家族
【問い合わせ】各健康保険組合担当窓口

協会けんぽ、船員保険（全国健康保険協会管掌健康保険）
【対象者】健康保険組合に加入していない会社に所属する社員、一定基準以上の客船、貨物船の船員、およびその扶養家族
【問い合わせ】全国健康保険協会沖縄県支部 ✆098-951-2211 FAX:098-951-2295

□国民健康保険

【対象者】農業、自営業者、自由業者、会社を退職して健康保険等を脱会した人
【問い合わせ】市町村の担当窓口

□共済組合

【対象者】公務員、一部の独立行政法人職員、日本郵政株式会社等職員、私立学校職員、およびその扶養家族
【問い合わせ】各共済組合担当窓口

□後期高齢者医療制度（長寿医療制度）

【対象者】原則として75歳以上の方全員(65歳以上で寝たきり等、一定の障害があると認定を受けている方)
【問い合わせ】沖縄県後期高齢者医療広域連合 ✆098-963-8012 FAX:098-964-7785

■税務署一覧

名護税務署 ✆0980-52-2920 〒905-8668 名護市東江4-10-1
【所轄地域】名護市、国頭村、大宜味村、東村、今帰仁村、本部町、恩納村、宜野座村、金武町、伊江村、伊平屋村、伊是名村

沖縄税務署 ✆098-938-0031 〒904-2193 沖縄市東2-1-1
【所轄地域】宜野湾市、沖縄市、うるま市、中城村、北中城村、嘉手納町、北谷町、読谷村

北那覇税務署 ✆098-877-1324 〒901-2550 浦添市宮城5-6-12
【所轄地域】那覇市の一部、浦添市、西原町、久米島町、渡嘉敷村、座間味村、粟国村、渡名喜村、南大東村、北大東村

那覇税務署 ✆098-867-3101 〒900-8543 那覇市旭町9 沖縄国税総合庁舎
【所轄地域】那覇市の一部、糸満市、豊見城市、南城市、八重瀬町、与那原町、南風原町

宮古島税務署 ✆0980-72-4874 〒906-8601 宮古島市平良字東仲宗根807-7
【所轄地域】宮古島市、多良間村

石垣税務署 ✆0980-82-3074 〒907-8502 石垣市字登野城8
【所轄地域】石垣市、竹富町、与那国町

■福祉保健所一覧 ※設置主体は、那覇市保健所は那覇市、それ以外は沖縄県

北部福祉保健所 ✆0980-52-2714 〒905-0017 名護市大中2-13-1
【所轄地域】名護市、国頭村、東村、大宜味村、今帰仁村、本部町、伊江村、伊平屋村、伊是名村

中部福祉保健所 ✆098-938-9886 〒904-2155 沖縄市美里1-6-28
【所轄地域】うるま市、沖縄市、宜野湾市、宜野座村、金武町、恩納村、読谷村、嘉手納町、北谷町、北中城村、中城村

那覇市保健所 ✆098-853-7961（健康増進課）〒902-0076 那覇市与儀1-3-21
【所轄地域】那覇市

南部福祉保健所 ✆098-889-6351 〒901-1104 南風原町宮平212
【所轄地域】浦添市、久米島町、渡嘉敷村、座間味村、粟国村、渡名喜村、北大東村、南大東村、豊見城市、糸満市、南城市、西原町、与那原町、南風原町、八重瀬町

宮古福祉保健所 ✆0980-72-2420 〒906-0007 宮古島市平良東仲宗根476
【所轄地域】宮古島市、多良間村

八重山福祉保健所 ✆0980-82-3240 〒907-0002 石垣市真栄里438
【所轄地域】石垣市、竹富町、与那国町

面談にのぞむときの質問集

診断・病状・症状について

◎ 診断名は何ですか？

◎ 病期（病気の進み具合）は？

◎ がんはどこにあるのですか？

◎ 今後どんな症状が起こりえますか？

◎ 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？

治療について

◎ がんに対するどんな治療法がありますか？

◎ 各治療を選んだときの最善の見込み、最悪の見込み、もっとも起こりうる見込み（生存期間や生活の質）は？

◎ 各治療を選んだときに起こりうる合併症、短期的・長期的な副作用、後遺症は？

◎ 先生がすすめる治療はどれですか？

◎ 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？

◎ その治療が効かなかったらどんな選択肢がありますか？

◎ 治療を受けながら他の民間療法やサプリメント等も併用してもいいですか？

生活について

◎ 仕事や他の活動への影響はありますか？

◎ その治療前 (中) に私がすべきことはありますか？

◎ その治療中にして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) ？

◎ 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？

◎ どのような症状に気をつけて生活すればよいですか？

◎ そのような症状が出たらどうすればよいですか (受診する、近所の病院に行く、様子をみる) ？

家族のこと

◎ 家族ががんになるリスクは高くなりますか？

◎ 家族の心配ごとや悩みは誰に相談すればよいですか？

心のこと

◎ 私の病気についての心配ごとや悩みを相談してもよいですか？

◎ この病気とうまくやっていくための何かアドバイスはありますか？

この先のこと

◎ 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。

◎ 治る可能性はありますか？

◎ 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。

◎ 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

あとがき

本書は、沖縄県がん診療連携協議会相談支援部会と琉球大学医学部附属病院がんセンターが中心となって2011年から毎年2万部発行し、改定を重ね、この2016年版で累計12万部となりました。主に通院先の医療機関の主治医やその他の医療者を通じ、沖縄県内に住むすべてのがん患者さんが使ってくださることを目指して無料で配布しています。また、市役所、町村役場、福祉保健所、図書館等でも手に取っていただけます。

本書が沖縄県のがん患者さんとそのご家族のこれからの暮らしのお役に立てますよう、編集委員一同祈念しております。

沖縄県がん診療連携協議会相談支援部会部会長
琉球大学医学部附属病院がんセンター長・診療教授
増田 昌人

編集委員

西田悠希子（社会医療法人かりゆし会 ハートライフ病院）
當銘由則（一般社団法人 沖縄県がん患者会連合会）
高良清健（社会医療法人友愛会　友愛会ケアプランセンター南部）
親川淳（独立行政法人国立病院機構 沖縄病院）
髙江洲要（沖縄県保健医療部保健医療政策課医療班）
石嶺彩香（県立南部医療センター・子ども医療センター）
大久保礼子（琉球大学医学部附属病院がんセンター）
井上亜紀（琉球大学医学部附属病院がんセンター）
増田昌人（琉球大学医学部附属病院がんセンター）

編集協力

一般社団法人 沖縄県がん患者会連合会
公益財団法人 がんの子どもを守る会 沖縄支部
沖縄県がん診療連携協議会／沖縄県立森川特別支援学校

編集

写真	垂見健吾
イラスト	首里フジコ
デザイン	織田みどり
編集ディレクション	三枝克之（office UNIZON）

【患者必携】地域の療養情報

おきなわ がんサポート ハンドブック

発行日	2016年3月31日　2016年版発行
編著	沖縄県 沖縄県がん診療連携協議会　相談支援部会 琉球大学医学部附属病院がんセンター
発行所	沖縄県 〒900-8570　那覇市泉崎1-2-2 琉球大学医学部附属病院がんセンター 〒903-0215　西原町上原207
編集	office UNIZON 〒901-2201　宜野湾市新城2-39-8　MIX life-style 2F
印刷・製本	丸正印刷株式会社 〒903-0211　西原町小那覇1215

本書の無断転写・複製・転載を禁じます。ただし、地方自治体や都道府県がん診療連携協議会拠点病院等の関係者による「がん対策」においては、その限りではありませんので、琉球大学医学部附属病院がんセンターまでお問い合わせください。

島野菜

沖縄では琉球王国時代から「医食同源」の考えに基づき、体によい食材や調理法が工夫されてきた。その中心として沖縄の長寿を支えてきたのが、ハンダマー、チデークニー、パパヤー、ターンム、シークヮーサーなど、沖縄の気候風土に適した伝統的島野菜や果実類である。

①「きりとり線」から、「ハガキ」と「連絡先カード」に切り分けてください。
②「ハガキ」は、切手不要です。そのままご投函ください。
③「連絡先カード」は、ご自分の利用するがん相談支援センターの連絡先のメモなどにご活用ください。
裏面には、役立つ情報のあるサイトも掲載しています。

きりとり線

郵便はがき

料金受取人払郵便

浦添郵便局承認

553

差出有効期限
平成30年3月31日

901-2190

西原町字上原 207

琉球大学医学部附属病院
がんセンター　　行き

※裏面のアンケートにご協力ください。

地域の療養情報『おきなわ がんサポート ハンドブック 2016年版』
について、ご意見をお聞かせください。

1.性別　□男　□女　　2.年齢　[　　]歳

3.続柄　□患者さん　□ご家族　□医療従事者　□その他[　　]

4.問３で「患者さん」または「ご家族」とお答えの方にお聞きします。
告知されたがんの種類（できれば正確な病名）と、告知からのおおよその期間を教えてください。
病名[　　]　期間[約　　年　　ヶ月]

5.この本をどの程度利用されましたか？
A.ほぼ毎日　B.週に数回　C.月に数回
D.一度だけ　E.一度も利用しなかった

6.この本の内容はお役に立ちましたか？
A.役に立った　B.少し役に立った　C.どちらともいえない
D.あまり役に立たなかった　E.役に立たなかった

7.療養生活を送る上で、この本が不安の軽減につながったと思いましたか？
A.とてもそう思う　B.少しそう思う　C.どちらともいえない
D.あまり思わない　E.まったくそう思わない

8.この本は誰からどのように受け取るのがよいと思いますか？
A.診断した医師から　B.看護師から　C. 相談員から
D. 県や市町村など公的機関で　E.書店やコンビニなど医療機関以外で

9.その他、この本についてのご意見・ご要望などがございましたら、ご自由にお書き下さい。

裏面には、役立つ情報のあるサイトも掲載しています。
③「連絡先カード」は、ご自分の利用するがん相談支援センターの連絡先のメモなどにご活用ください。
②「ハガキ」は、切手不要です。そのままご投函ください。
①「きりとり線」から、「ハガキ」と「連絡先カード」に切り分けてください。
きりとり線

きりとり線

ご自分の地域のがん相談支援センターの
連絡先を書き留めておきましょう。

がんに関するご質問やご相談はお近くの「がん診療連携拠点病院」のがん相談支援センターでお応えしています。 P38

役立つ情報のあるサイト

がん情報サービス
http://ganjoho.jp

沖縄県がん診療連携協議会
http://www.okican.jp

沖縄県保健医療部保健医療政策課
http://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/hokeniryo

きりとり線