

がん患者さんにご家族のための療養情報

# しまねの がんサポート ブック

島根県  
島根県がん対策推進協議会  
島根県がん診療ネットワーク協議会

松江城





はじめに..... 4  
がんや療養生活について詳しく知るには..... 6

## 第1部 病気や治療について

1. がんと言われたとき  
    (1) 診断の結果を上手に受け止めるには ..... 10  
    (2) 医療者との信頼関係が大切です ..... 11  
    (3) 主治医と確認しておきたいことの例 ..... 12

2. 県内のがん診療体制  
    (1) がん診療連携拠点病院 ..... 13  
    (2) がん診療連携推進病院 ..... 13  
    (3) がん情報提供促進病院 ..... 14  
    (4) 医療機関別がん診療体制 ..... 15

3. 痛みやつらさを和らげたい  
    (1) 緩和ケア ..... 18  
    (2) 緩和ケアはどこで受けられますか ..... 19  
    (3) お口の健康はがん治療を支えます ..... 23

4. 納得して治療を受けたい  
    (1) 情報を集めましょう ..... 25  
    (2) セカンドオピニオンを活用する ..... 29

## 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..... 32

2. がん体験者と話がしたい  
    (1) がんサロン・がん患者団体 ..... 36  
    (2) がんピアサポーター ..... 40

## 第3部 お金のことについて

<b>1. 医療費の負担を減らしたい</b>	
(1) 高額療養費制度 .....	42
(2) 福祉医療費助成制度 .....	42
(3) 療養費 .....	43
(4) 医療費等の控除 .....	44
<b>2. 家庭の状況にあう支援を受けたい</b>	
(1) 傷病手当金 .....	45
(2) 生活保護 .....	45
<b>3. 障害についての支援を受けたい</b>	
(1) 障害年金 .....	47
(2) 身体障害者手帳 .....	47
<b>4. その他の制度</b>	
(1) アスベスト健康被害に関する制度 .....	48
(2) 島根がん先進医療費利子補給交付事業 .....	48
(3) がん患者社会参加応援事業 .....	48
(4) 基金 .....	49

## 第4部 社会とのつながりの中で自分らしく向き合うために

<b>1. 自宅での療養を続けたい</b>	
(1) 訪問診療 .....	52
(2) 訪問看護 .....	52
(3) 訪問薬剤管理指導 .....	53
(4) 介護保険 .....	53
(5) 身体障害者手帳 .....	54
(6) 福祉タクシー .....	54
<b>2. がんと仕事</b> .....	55
<b>3. 地域で安心して暮らしたい</b>	
(1) 地域連携クリティカルパス .....	57
(2) まめネット .....	58



## 第5部 子どもの支援について

### 1. 子どもの生活を支えたい

(1) 相談支援	60
(2) 入院中の教育・復学	61
(3) 医療的ケアの必要な子どもの支援	61
(4) 入院中のきょうだい支援	61

### 2. 子ども向けの制度を知りたい

(1) 乳幼児等医療費助成制度	63
(2) 小児慢性特定疾病医療支援事業	63
(3) 特別児童扶養手当	64
(4) 障がい児福祉手当	64
(5) 奨学金制度	64
(6) その他	64

## 第6部 問合せ一覧

・市町村国民健康保険担当課	68
・介護保険 保険者	68
・地域包括支援センター	69
・市町村障がい福祉担当課	72
・年金事務所	72
・福祉事務所	73
・税務署	73
・島根県内のファミリーサポートセンター	74
・保健所	76
・その他	76

## はじめに

がんと診断されて 頭が真っ白に…

受け止め方はいろいろです

どのような治療がよいのか…

同じ病気の患者さんのお話を聞きたい…

今の生活、家事や仕事は続けられるのか…


医療費や生活費のことも知りたい…

病気があっても自分らしく

患者さんと、寄り添うご家族が

助け合いの中で、安心して暮らせますように





しまねのがんサポートブックは、患者さんに寄り添い、支えることの助けとなることを目指してつくられました。

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あいの場の情報、経済的・社会的な制度などをお知らせしています。

浜田市 夏列車

## がんや療養生活について詳しく知るには

しまねのがんサポートブックは、島根県のホームページ「しまねのがん対策」からも閲覧や印刷することができます。

しまねのがん対策

検索

国立がん研究センターがん対策情報センターでは、患者必携を作成し、ホームページで公開しています。本書とあわせてご利用ください。

「がんになったら  
手にとるガイド」



がん患者さんを取り巻く情報をまとめた冊子

別冊  
「わたしの療養手帳」



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て整理できる手帳

「もしも、がんが再発したら」  
本人と家族に伝えたいこと



がんの再発に対する不安や、再発に直面したときの支えとなる情報をまとめた冊子

インターネットから無料で閲覧・印刷・音声版の取得ができます。

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/>

がんの情報サービス  
トップページ



「患者必携」は、一般書店などでも購入できます。

※がん診療連携拠点病院等には見本版があります。

## 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。また、これらの冊子はがん診療連携拠点病院にて入手したり、閲覧することができます。数に限りがありますので、事前にごがん診療連携拠点病院【P33「島根県内のがん相談支援センター設置場所」欄参照】へお問い合わせ下さい。

インターネットからも無料で閲覧・印刷・音声版の取得ができます。

がん情報サービス

<http://ganjoho.jp/>

### ●各種がんシリーズ

- |                    |                |
|--------------------|----------------|
| 101. 胃がん           | 131. 悪性リンパ腫    |
| 102. 食道がん          | 132. 多発性骨髄腫    |
| 103. 大腸がん          | 133. 慢性骨髄性白血病  |
| 104. 肝細胞がん         | 141. 子宮頸がん     |
| 105. 膵臓がん          | 142. 卵巣がん      |
| 106. 胆のうがん         | 143. 子宮体がん     |
| 107. GIST（消化管間質腫瘍） | 144. 乳がん       |
| 108. 胆管がん          | 145. 腔がん       |
| 111. 髄膜腫           | 151. 腎盂尿管がん    |
| 112. 聴神経鞘腫         | 152. 腎細胞がん     |
| 113. 喉頭がん          | 153. 前立腺がん     |
| 114. 舌がん           | 154. 膀胱がん      |
| 115. 脳腫瘍           | 155. 精巣腫瘍      |
| 116. 咽頭がん          | 161. 悪性黒色腫     |
| 117. 甲状腺がん         | 162. 乳房外パジェット病 |
| 118. 神経膠腫（グリオーマ）   | 164. 軟骨肉腫      |
| 121. 中皮腫           | 165. 原発不明がん    |
| 122. 胸腺腫と胸腺がん      | 166. 軟部肉腫（成人）  |
| 123. 肺がん           |                |



## ●小児がんシリーズ（※小児がん情報サービス「小児がんの冊子」）

---

- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| 181. 小児の悪性リンパ腫 | 187. 小児の脳腫瘍     |
| 182. 小児の横紋筋肉種  | 188. 小児の胚細胞腫瘍   |
| 183. 小児の肝腫瘍    | 189. 小児の白血病     |
| 184. 小児の骨肉腫    | 190. 小児のユーイング肉腫 |
| 185. 小児の神経芽腫   | 191. 小児の網膜芽細胞腫  |
| 186. 小児の腎腫瘍    |                 |

## ●がんと療養シリーズ

---

- |                   |                                      |
|-------------------|--------------------------------------|
| 202. がんと心         | 208. がんの療養とリハビリテーション                 |
| 203. がん治療と口内炎     | 209. 肺の手術を受ける患者さんへ<br>手術前後のリハビリテーション |
| 204. がんの療養と緩和ケア   |                                      |
| 205. がん治療とリンパ浮腫   |                                      |
| 206. もしも、がんと言われたら |                                      |

## ●社会とがんシリーズ

---

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

## ●がんを知るシリーズ

---

- 301. 科学的根拠に基づくがん予防

## ●がんと仕事のQ&A

---



# 第1部 病気や治療について



壇鏡の滝



# 1. がんと言われたとき

## (1) 診断の結果を上手に受け止めるには

がんの告知を受けたとき、大きな衝撃を受け、動揺するのは当然のことです。怒りが込み上げてきたり、気持ちが不安定になるひともいます。食欲がない、不安で眠れない、前向きな気持ちになれないなど、こうした心の動きは、がんと告げられたとき、誰にでも起こることなのです。

### ■患者さんの手記

#### がんと告げられたときを振り返って

検査結果を聞きに行くとき、ある程度の覚悟はしていましたが、先生からがんだと告げられると、まさか自分が、なんで私かという気持ちでした。

これから子どもが小学校入学というときで、もし私が死んだらどうなるんだろう。毎晩子どもの寝顔を見ては涙がとまりませんでした。

子どもにも私のがんのことを告げ、一緒に泣きながらも手術して治療をすれば治るからと子どもにも自分にも言い聞かせ、やるべき治療はすべてやって生きようと決めました。

家族にはとても助けられました。心配もかけましたし、治療中はいろいろな面で協力してくれ、とても感謝しています。

がんになるまでは、生きているのが当たり前でした。がんになってからは少しでも長く生きたいという気持ちに変わりました。そのためにはどうしよう。再発したらどうしよう。不安もたくさんあります。ですが、考えていても答えは出ないので、今出来ることを前向きに楽しく過ごせるように心掛けています。

つらい気持ちや不安な気持ちを自分の中でため込まないで、家族や親しい友人、そして医療者に素直に話してみましょう。

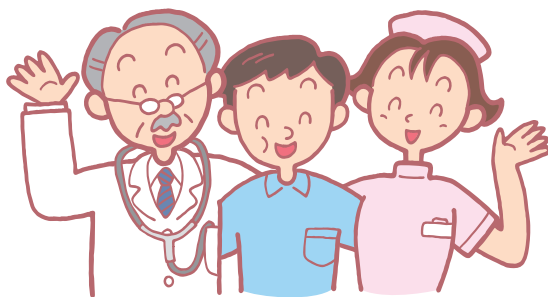
## (2) 医療者との信頼関係が大切です

がんという病気では、診断や治療、その後の療養など長く医療者と関わり、話し合っていくことになります。診断や治療などの医学的なことについて、あなたの病状を最もよく理解しているのは、主治医や看護師です。一方であなたの自覚症状や、困っていること、心配なことなどはあなた自身にしかわかりません。納得しながら治療を進めていけるように、あなた自身の状況について率直に伝え、関係を築いていくことが大切です。

### ■医療者と上手に対話するコツ

- ・ 困ったこと、わからないことは素直に伝えましょう。
- ・ 何度か対話を重ねていくうちに、信頼関係を築いていくことができます。
- ・ 診察の時、信頼できる人に付き添ってもらい、知りたいことをしっかり聞き取る準備をしましょう。
- ・ 主治医との面談のときには、聞きたいことを箇条書きにしたメモを持参しましょう。聞き漏らすことがなく、効率的に質問できます。
- ・ 看護師やがん相談支援センターなどの協力を得ることも考えましょう。

出典：国立がん研究センターがん対策情報センター  
「患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版」



### (3) 主治医と確認しておきたいことの例

まだ気が動転している時期であることが多いのですが、主治医から病気のことや、今後の大まかな予定を聞くことで、落ち着いた気持ちで治療について考えられるようになります。

- 何という、がんですか。
- がんとわかった検査の結果を教えてください。
- その診断はもう確定しているのでしょうか、それともまだ疑いがあるという段階なのでしょうか。
- がんはどこにあって、どの程度広がっていますか。
- ほかにどんな検査が必要ですか。その検査は痛い/つらいですか。
- 今度どんな状況が起こる可能性がありますか。
- 私が受けることのできる治療には、どのようなものがありますか。
- どのような治療を勧めますか、ほかの治療法はありますか。その治療を勧める理由を教えてください。
- その治療を選んだときの期待できる効果は何ですか（生存期間や生活の質、苦痛の軽減など）。
- その治療を選んだときに起こりうる合併症、副作用、後遺症はどのようなものがありますか。それに対する治療や対処法はありますか。
- 治療の方法を教えてください（回数、頻度、期間、場所、費用など）。治療前に準備しておくことはありますか。
- 今までどおりの生活を続けることはできますか（食事、仕事、家事、運動、性生活などへの影響はありますか）。
- 普段の生活や食事のことで気を付けておくことはありますか。
- こころの悩みや不安のことを相談したいときはどうすればよいですか。
- 家族の心配事や悩みを相談するときはどうすればよいですか。

出典：国立がん研究センターがん対策情報センター

「患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版」

## 2. 県内のがん診療体制

(平成28年12月1日現在)

### (1) がん診療連携拠点病院

全国どこにいても、がんの状態に応じた適切ながん医療が受けられるように、厚生労働大臣が指定した医療機関で、県内では5病院が指定されています。

県全体のがん医療の中心となる「都道府県がん診療連携拠点病院」と、各地域で拠点となる「地域がん診療連携拠点病院」があり、主に以下の役割を担っています。

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

#### 【都道府県がん診療連携拠点病院】

病 院 名	住 所	電話番号（代表）
島根大学医学部附属病院	出雲市塩冶町89-1	0853-23-2111

#### 【地域がん診療連携拠点病院】

病 院 名	住 所	電話番号（代表）
松江市立病院	松江市乃白町32-1	0852-60-8000
松江赤十字病院	松江市母衣町200	0852-24-2111
島根県立中央病院	出雲市姫原4丁目1-1	0853-22-5111
浜田医療センター	浜田市浅井町777-12	0855-25-0505

### (2) がん診療連携推進病院

がん診療連携拠点病院と同等のがん診療を行っている医療機関を、島根県独自に「がん診療連携推進病院」として指定しています。

病 院 名	住 所	電話番号（代表）
益田赤十字病院	益田市乙吉町イ103-1	0856-22-1480

### (3) がん情報提供促進病院

各圏域において、がん診療連携拠点病院及びがん診療連携推進病院と連携して、がん診療及びがん情報の提供を行う医療機関を、島根県独自に「がん情報提供促進病院」として指定しています。

病 院 名	住 所	電話番号（代表）
松江医療センター	松江市上乃木5丁目8-31	0852-21-6131
松江生協病院	松江市西津田8丁目8-8	0852-23-1111
松江記念病院	松江市上乃木3丁目4-1	0852-27-8111
安来市立病院	安来市広瀬町広瀬1931	0854-32-2121
日立記念病院	安来市安来町1278-5	0854-22-2180
安来第一病院	安来市安来町899-1	0854-22-3411
雲南市立病院	雲南市大東町飯田96-1	0854-43-2390
平成記念病院	雲南市三刀屋町三刀屋1294-1	0854-45-5111
町立奥出雲病院	仁多郡奥出雲町三成1622-1	0854-54-1122
飯南町立飯南病院	飯石郡飯南町頓原2060	0854-72-0221
出雲市立総合医療センター	出雲市灘分町613	0853-63-5111
出雲市民病院	出雲市塩冶町1536-1	0853-21-2722
出雲徳洲会病院	出雲市斐川町直江3964-1	0853-73-7000
大田市立病院	大田市大田町吉永1428-3	0854-82-0330
公立邑智病院	邑智郡邑南町中野3848-2	0855-95-2111
加藤病院	邑智郡川本町大字川本383-1	0855-72-0640
済生会江津総合病院	江津市江津町1016-37	0855-54-0101
益田地域医療センター医師会病院	益田市遠田町1917-2	0856-22-3611
津和野共存病院	鹿足郡津和野町森村口141	0856-72-0660
六日市病院	鹿足郡吉賀町六日市368-4	0856-77-1581
隠岐病院	隠岐郡隠岐の島町城北町355	08512-2-1356
隠岐島前病院	隠岐郡西ノ島町大字美田2071-1	08514-7-8211

#### (4) 医療機関別がん診療体制

5大がん（胃がん・大腸がん・肺がん・肝がん・乳がん）別の、がん診療連携拠点病院、がん診療連携推進病院及びがん情報提供促進病院における、がん治療及びセカンドオピニオン【P29「セカンドオピニオンとは？」欄参照】実施状況一覧です。

リストは各医療機関からの提供によるもので、平成28年12月1日現在の状況であり、その後、変更となっている可能性があります。

また、○となっても、場合によっては対応できない場合があります。特にがん治療（手術・放射線治療・化学療法）については、各医療機関で実施できる治療が異なりますので、詳細は各医療機関もしくは、主治医へお問い合わせください。

医療機関名	胃がん		大腸がん		肺がん		肝がん		乳がん		備 考
	治 療	セカンドオピニオン	治 療	セカンドオピニオン	治 療	セカンドオピニオン	治 療	セカンドオピニオン	治 療	セカンドオピニオン	
島根大学医学部 附 属 病 院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	5大がん以外にも対応可能ながん種あり
松 江 市 立 病 院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	5大がん以外にも対応可能ながん種あり
松江赤十字病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	5大がん以外にも対応可能ながん種あり
島根県立中央病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	5大がん以外にも対応可能ながん種あり
浜田医療センター	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	5大がん以外にも対応可能ながん種あり
益田赤十字病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	5大がん以外にも対応可能ながん種あり
松江医療センター					○	○					
松江生協病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
松江記念病院	○	○	○	○			○	○	○	○	
安来市立病院	○	○	○	○					○	○	

医療機関名	胃がん		大腸がん		肺がん		肝がん		乳がん		備考
	治療	オセキノン	治療	オセキノン	治療	オセキノン	治療	オセキノン	治療	オセキノン	
日立記念病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
安来第一病院		○		○		○		○	○	○	
雲南市立病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
平成記念病院	○		○		○		○				
町立奥出雲病院	○	○	○	○	○		○		○	○	
出雲市立総合医療センター	○	○	○	○					○	○	
出雲徳洲会病院	○	○	○	○					○		
大田市立病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
公立邑智病院	○	○	○	○						○	
加藤病院	○		○								
済生会江津総合病院	○	○	○	○			○	○		○	
益田地域医療センター医師会病院	○	○	○	○	○		○	○	○		
津和野共存病院				○		○		○			
六日市病院	○		○		○		○		○		
隠岐病院	○		○		○		○		○		
隠岐島前病院	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	





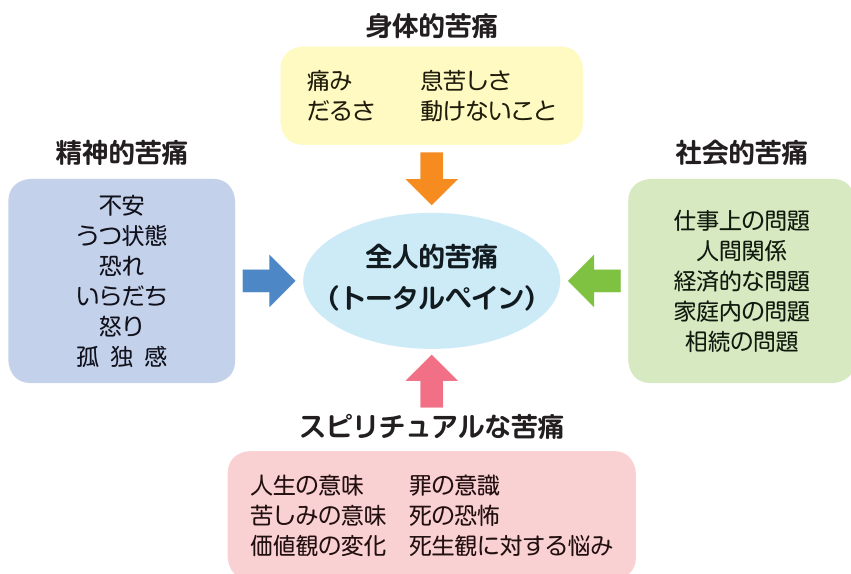
## 3. 痛みやつらさを和らげたい

### (1) 緩和ケア

「緩和ケア」と聞いて、「いのちが終わりに近づいたがん患者さんのための医療」と思っていないですか？

緩和ケアとは、がんが診断された時から、がんの治療と一緒に進む医療・ケアのことです。がんにもなって起こる様々なつらさを和らげ、それぞれの患者さんが“その人らしく”過ごせるようにしていくことです。そして同時に、ご家族のつらさも和らげるよう支援をしていきます。

がんの療養中は、痛みや吐き気、食欲低下、息苦しさ、だるさなどの身体の不調、気分の落ち込みや絶望感などの心の問題が患者さんの日常生活を妨げることがあります。そのようなつらさを、様々な職種の専門家が連携しながら「チーム」で治療やケアを行っていきます。「緩和ケア」は、患者さん・ご家族がより良い時間をできるだけ長く、そして楽に過ごすことができることを目的としています。



### 全人的苦痛（トータルペイン）をもたらす背景

出典：国立がん研究センター がん対策情報センター

## (2) 緩和ケアはどこで受けられますか？

緩和ケアは、外来通院、入院、在宅など、いずれの場合でも受けることができます。拠点病院のほか、地域の病院やかかりつけの診療所にも緩和ケアの基本的技術を習得した医師等がおり、それぞれの場所で専門家がチームを作って、患者さん・ご家族に緩和ケアを提供します。

まずは、主治医にご相談ください。

### ① 緩和ケア外来

緩和ケア外来は、通院中の患者さんに対して、緩和ケアを提供する外来です。

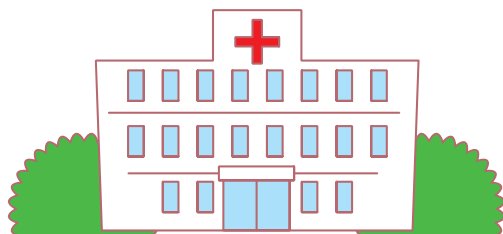
がんの治療中、治療を一時的に中止しているとき、症状を和らげる治療に重点を置いているときなど、通院で緩和ケアを提供していきます。医療機関によって提供する形態は異なり、「緩和ケア外来」と掲げているところもありますが、いつも通院している科で同時に行うこともあります。

### 緩和ケア外来のある医療機関

リストは各医療機関からの提供によるもので、平成28年12月1日現在の状況であり、その後、変更となっている可能性があります。

受診を希望される場合は、あらかじめ予約が必要です。

詳細は、各医療機関もしくは、主治医へお問合せください。



医療機関名	診療時間	予約電話番号
島根大学医学部 附属病院	月～金/ 9:00～16:00	(がん患者・サポートセンター) 0853-20-2518
松江市立病院	月・木/8:40～15:30	(がん相談支援センター) 0852-60-8083
松江赤十字病院	木/13:00～15:30	(代表)0852-24-2111
島根県立中央病院	火/14:00～16:00	(代表)0853-22-5111
浜田医療センター	火/13:30～15:00	(代表)0855-25-0505
益田赤十字病院	月/午後	(代表)0856-22-1480
安来第一病院	月・火・水/8:30～ 12:30、13:30～17:30 金/8:30～12:30	(一般科総合受付) 0854-22-5555 (地域連携室) 0854-22-3495
出雲徳洲会病院	月(第4)・水(第2)/ 13:00～15:30	(代表)0853-73-7000
大田市立病院	木(第3)/9:00～12:00	(代表)0854-82-0330
益田地域医療 センター医師会病院	木/8:20～11:30	(代表)0856-22-3611
隠岐島前病院	月～金/9:00～17:00	(代表)08514-7-8211

## ②緩和ケアチーム

入院の場合、がん治療と並行して受ける緩和ケアは、「緩和ケアチーム」が担当します。がん診療連携拠点病院には、緩和ケアチームが設置されています。その他の医療機関でも緩和ケアチームが設置されているところもあります。

緩和ケアチームの診療は、主治医から勧められることもありますが、患者さんや家族から希望することもできます。

## 緩和ケアチームのある医療機関

リストは各医療機関からの提供によるもので、平成28年12月1日現在の状況であり、その後、変更となっている可能性があります。

詳細は、各医療機関もしくは、主治医へお問合せください。

- ・島根大学医学部附属病院
- ・安来第一病院
- ・松江市立病院
- ・雲南市立病院
- ・松江赤十字病院
- ・町立奥出雲病院
- ・島根県立中央病院
- ・飯南町立飯南病院
- ・浜田医療センター
- ・出雲市立総合医療センター
- ・益田赤十字病院
- ・大田市立病院
- ・松江医療センター
- ・益田地域医療センター医師会病院
- ・松江記念病院
- ・隠岐病院
- ・安来市立病院
- ・隠岐島前病院

## ③緩和ケア病棟

がんによるつらい症状を和らげるための専門的な治療(緩和ケア)を行う病棟で、病院の機能を持ちながら、皆さまの家にできるだけ近い環境が整備されています。

- ・緩和ケア病棟に入院を希望される場合には、まずは主治医または最寄りのがん相談支援センターに相談してください。
- ・入院の前には、事前相談が必要です。
- ・入院までの流れに関しては、各医療機関に相談してください。

## 緩和ケア病棟のある医療機関

- ・島根大学医学部附属病院
- ・松江市立病院
- ・浜田医療センター

## ④在宅での緩和ケア

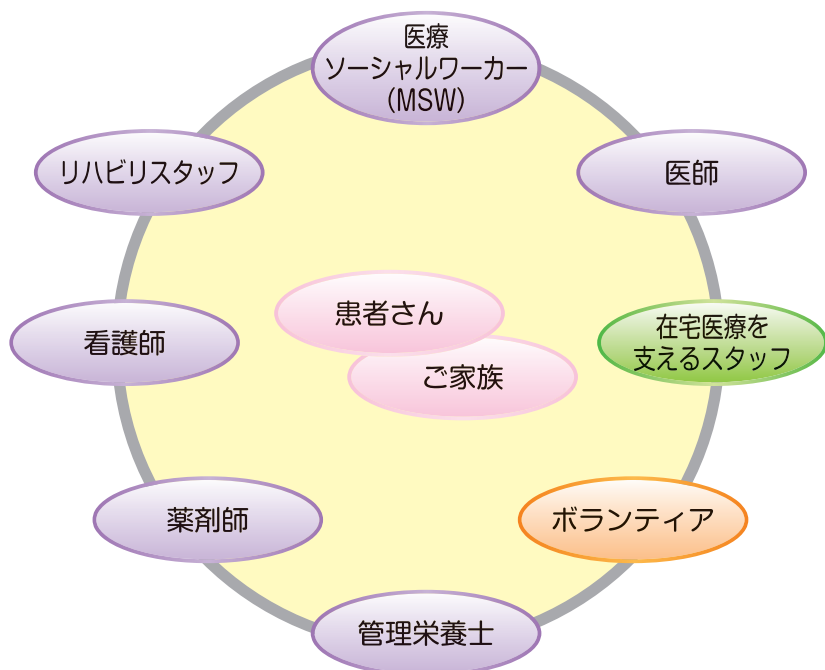
自宅で、さまざまなサービスを利用しながら緩和ケアを受けることができます。在宅で受けられるサービスには、訪問診療（かかりつけ医）、訪問看護（看護師）、訪問薬剤管理指導（薬剤師）、訪問介護（ホームヘルパー）、訪問リハビリテーション（理学療法士など）などがあります。

また医療保険、介護保険を使うことができます。

医師や訪問看護師、ケアマネジャー（介護支援専門員）と相談しながら希望する場所で過ごすことができるように支援していきます。

・各医療圏域で在宅緩和ケアを提供できる医療機関等の情報をまとめています。

お問合せ先：各保健所（P76）



緩和ケアのイメージ図

### (3) お口の健康はがん治療を支えます

#### 1. 歯科治療や口腔ケアはがん治療を支えます

歯科治療や口腔ケアは、がん治療を受ける際の重要な支持療法のひとつです。支持療法とは、がんそのものに伴う症状や治療による副作用の予防あるいは症状を軽減させるための治療のことです。がん治療が始まる前、そして治療中、さらに治療後、口の中を整える医科歯科連携がすすめられています。

#### 2. 口の中を整えるとどんな効果が期待できますか？

がん治療により、一時的に身体の抵抗力が低下し、むし歯や歯周病による腫れや痛みがひどくなる場合があります。そうならないために、がん治療に入る前には、むし歯や歯周病の治療は済ませておきましょう。

がん治療中も、口の中を清潔に保って保湿をすることで、手術後の肺炎を予防することや、抗がん剤治療・放射線治療による口内炎や口腔乾燥を和らげることができます。



#### 3. 「口から食べる」を支えます

病状の回復のために、口からしっかり食事をとることは大切です。早期の食事を再開するためには、あらかじめ口の中を良い状態に整えておくことが重要です。口の中に痛みがあって食べにくいときは、痛みをできるだけ感じないようにするケアの方法もあります。味覚に異常を感じる場合や飲み込みが悪くなっている場合には、状況に合わせた対応が必要です。医師または歯科医師にご相談ください。医科と歯科で連携して「口から食べる」を支えています。



#### 4. かかりつけ歯科医との関わりを続けましょう

がんの治療が終わってもかかりつけ歯科医を持ち定期的に受診して、むし歯の早期発見・早期治療、歯周病の予防や入れ歯の点検に努め、口の健康を保ちましょう。また、病院歯科（歯科口腔外科）との連携が必要な場合がありますので、適切な療養のためにも、かかりつけ歯科医との関わりを持ち続けましょう。



##### ●がん診療連携登録歯科医名簿

[http://ganjoho.jp/med\\_pro/med\\_info/database/dentist\\_search.html](http://ganjoho.jp/med_pro/med_info/database/dentist_search.html)  
がん診療連携登録歯科医とは、「全国共通がん医科歯科連携講習会」を受講した歯科医師のことです。

##### ● 島根県歯科医師会のホームページ

歯と口の健康情報等 <http://www.shimane-da.or.jp/>

##### ● 島根県歯科衛生士会のホームページ

<お口の健康情報>

[http://www.shimane-dh.jp/category/health\\_information/](http://www.shimane-dh.jp/category/health_information/)  
がん治療を受けられる皆さまへ「お口の健康はがん治療を支えます」  
”がん治療で起こりやすいお口のトラブルや具体的なセルフケアを掲載しています”

##### ● 島根県在宅歯科医療連携室「歯科の往診ほっとライン」

歯科医院への通院が困難な方々の歯や口の中の困りごとについての相談にのっています。 ☎0852-27-8020

## 4. 納得して治療を受けたい

### (1) 情報を集めましょう

がんの情報を集めるときは、自分にとって何が役に立つのか、内容は信頼できるのかなど、気を付けるポイントがあります。

#### ■がん情報さがしの10ヵ条

1. 情報は“力”。あなたの療養を左右することがあります。活用しましょう。  
いのち、生活の質、費用などに違いが生じることもあります。
2. 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。  
解決したことは？知りたいことは？悩みは？メモに書き出して。
3. あなたの情報を一番多く持つのは主治医。よく話してみましょう。  
質問とメモの準備をして。何度かに分けて相談するのもよいでしょう。
4. 別の医師の意見を聞く「セカンドオピニオン」を活用しましょう。  
別の治療法が選択肢となったり、今の治療に納得することも。
5. 医師以外の医療スタッフにも相談してみましょう。  
看護師、ソーシャルワーカー、薬剤師なども貴重な情報源です。
6. がん拠点病院の相談支援センターなど、質問できる窓口を利用しましょう。  
がん病院、患者団体などに、あなたを助ける相談窓口があります。
7. インターネットの活用は、主治医や専門家のアドバイスのもとに慎重に行いましょう。
8. 手に入れた情報が本当に正しいかどうか、考えてみましょう。  
信頼できる情報源か、商品の売り込みでないか、チェックして。
9. 健康食品や補完代替医療は、利用する前によく考えましょう。  
がんへの効果が証明されたものは、ほぼ皆無。有害なものもあり要注意。
10. 得られた情報をもとに行動する前に、周囲の意見を聞きましょう。  
主治医は？家族は？患者仲間は？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 一部改変〕

## ■がん情報が掲載されているホームページ

### ●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」

**がん情報サービス** <http://ganjoho.jp/>

国立がん研究センターがん対策情報センターの公式サイトです。各種がんの解説、診断・治療方法、全国のがん診療を行っている医療機関の情報など、がんに関する最新の正しい情報がわかりやすく紹介されています。

がんの情報サービス  
トップページ



### ●がん情報サイト

<http://cancerinfo.tri-kobe.org/>

がんに関する最新かつ包括的な情報を配信しているサイトです。

### ●がんナビ

<http://medical.nikkeibp.co.jp/inc/all/cancernavi/>

がん患者さんとその家族のために、がんの治療や患者さんの日々の生活をナビゲートするサイトです。

### ●島根県ホームページ「しまねのがん対策」

<http://www.pref.shimane.lg.jp/medical/kenko/kenko/gan>

島根県健康福祉部健康推進課がん対策推進室のホームページです。予防と検診、緩和ケア、医療など、がんに関する情報を掲載しています。

しまねのがん対策

検索

### ●島根県医療機能情報システム

<http://www.mi.pref.shimane.lg.jp/shimane/ap/qq/men/pwtpmenu01.aspx>

島根県健康福祉部医療政策課のホームページです。島根県内の医療機関、歯科診療所や薬局など、役立つ医療情報を提供しています。



## ■医療・健康などに関する図書コーナー

### ●島根県立図書館 がん関連図書コーナー

県立図書館には「がん関連図書コーナー」があり、がんに関する一般的知識に関するものから、専門書、闘病記、がん患者の生活の質向上に関するものなど、幅広いテーマの本をそろえています。

県立図書館の検索システムによる蔵書検索が可能です。

☆キーワード「がん関連図書」にて検索してみてください。

<http://www2.library.pref.shimane.lg.jp/opac/search-standard.do?lang=ja>

お住まいの市町村の図書館からも、県立図書館のがん関連図書の貸出ができますので、詳しくは県立図書館もしくは市町村の図書館へお問い合わせください。

#### 【お問い合わせ先】

島根県立図書館 資料情報課

電話：0852－22－5748

FAX：0852－22－5728



各がん診療連携拠点病院等にも図書コーナーがあります。

●島根大学医学部附属病院 病院患者図書室（ふらっと）

場所 附属病院1階 患者休憩室横

開設時間 月～金曜日 8時30分～21時00分

【問い合わせ先】

電話：0853-23-2160

<http://www.med.shimane-u.ac.jp/hospital/intro/sisetuannai/library.html>

●松江市立病院 患者図書室（こもれび）

場所 病院8階 レストラン内

開設時間 月～金曜日 14時～16時30分

【問い合わせ先】

総務課総務係 電話：0852-60-8000(代表)

<http://www.matsue-cityhospital.jp/kanjasama/kanjatosyo.html>

●島根県立中央病院 患者さん図書室（道しるべ）

場所 病院1階中央玄関ホール

開設時間 平日 8時30分～17時

【問い合わせ先】 電話：0853-22-5111(代表)

<http://www.spch.izumo.shimane.jp/hospital/institution/library.html>

●浜田医療センター がん相談支援センター内 貸出し図書

場所 病院2階 がん相談支援センター内

開設時間 平日 9時～17時

対象：浜田医療センター診察券をお持ちの方

【問い合わせ先】

電話：0855-28-7096（がん相談支援センター直通）

●益田赤十字病院 図書コーナー

場所 病院1階研修棟

開設時間 平日 9時～17時

【問い合わせ先】

電話：0856-22-1480(代表)

## (2) セカンドオピニオンを活用する

### ■セカンドオピニオンとは？

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、現在診療を受けている担当医とは別に、違う医療機関の医師に「第2の意見」を求めることです。セカンドオピニオンは、担当医を替えたり、転院したり、治療を受けたりすることではありません。まず、ほかの医師に意見を聞くことがセカンドオピニオンです。

### ■セカンドオピニオンを受けるために

現在診療を受けている主治医の意見（ファーストオピニオン）を十分に理解しないまま、セカンドオピニオンを受けてもかえって混乱してしまいます。主治医とよく相談しましょう。

#### セカンドオピニオンの流れ

- ・主治医の診断と治療方針（ファーストオピニオン）を聞きましょう。
- ↓
- ・セカンドオピニオンを受けたいという希望を主治医に伝えましょう。
- ↓
- ・希望先の医療機関にセカンドオピニオンの申し込み（予約）をしましょう。  
(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、病院によって費用が異なります。希望先の医療機関に確認しましょう。)
- ↓
- ・主治医から紹介状・画像などを受け取りましょう。
- ↓
- ・セカンドオピニオンでは、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ましょう。
- ↓
- ・セカンドオピニオンを受けたら、主治医に必ず報告して、今後のことを相談しましょう。



紹介元的主治医は、あなたの治療を支援してくれる身近な医療者の一人であることに変わりはありません。セカンドオピニオンは自分らしく納得できる選択をするために大変有用な仕組みです。

島根大学医学部附属病院がん患者・家族サポートセンターには院内がん登録を利用した全国の施設別症例数検索システムがあります。セカンドオピニオン受診医療機関を選ぶ際にご活用いただけますので、お問合せください。



せんたく岩



## 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 &amp; 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	<b>くつろぎサロン</b> 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)
	<b>ハートフルサロン松江</b> 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)
	<b>ふれあいサロン</b> 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)
	<b>肺がんサロン「つどい」</b> 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)
	<b>電話サロン</b> 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)
	<b>がん情報サロン</b> (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	<b>サロンさくら</b> 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)
	<b>雲南サロン陽だまり</b> 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	<b>雲南市立病院 院内サロンふれ愛</b> 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)
	<b>奥出雲サロン「暖々」</b> 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)
	<b>飯南病院 患者サロンい~にゃん</b> 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	<b>ほっとサロン</b> 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)
	<b>なごやかサロン</b> 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)
	<b>ほっとサロンふらた</b> 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」)

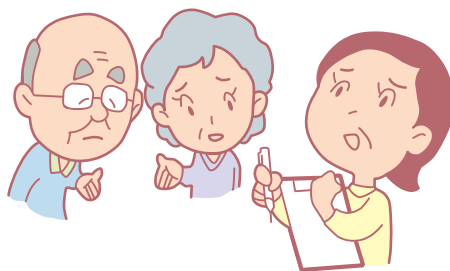
圏域	名称・開催場所	開催日・サロン連絡先
出雲	<b>伊野こみこみサロン</b> 伊野コミュニティセンター (出雲市野郷町492-5)	毎月1回 第3火曜日 10:00~12:00 TEL 090-4572-1443(多久和)
大田	<b>がんサロンおおだ</b> ゆきみーる内 (大田市大田町大田イ370)	毎月1回 第1土曜日 10:00~12:00 TEL 0854-82-7345(三宅)
	<b>ひまわりの会</b> (大田市内)	毎月1回 第2水曜日 13:30~15:30 TEL 090-9061-1374(塩谷)
	<b>おおなん元気サロン</b> 健康センター「元気館」(奇数月) (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	<b>ほっとサロン浜田</b> 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	<b>益田がんケアサロン</b> 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)
	<b>ほっとサロン益田</b> 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)
	<b>ケアサロン津和野</b> 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/>

# 第3部 お金のことについて

高津川



# 1. 医療費の負担を減らしたい

## (1) 高額療養費制度

高額療養費制度を利用すると、1ヶ月（1日～末日）の窓口負担を自己負担限度額までに抑えることができます。

自己負担の限度額は年齢や所得によって異なります。

詳細は別添チラシ「自己負担額一覧」をご覧ください。

### ◎お問合せ先：加入している公的医療保険の窓口

医療保険の種類	お問合せ先
国民健康保険	市町村の国民健康保険担当窓口 (P68)
組合管掌健康保険	各健康保険組合の担当窓口
協会けんぽ (全国健康保険協会管掌健康保険)	全国健康保険協会 島根支部 ☎0852-59-5139
共済組合	各共済組合の担当窓口
船員保険	全国健康保険協会 船員保険部 ☎0570-300-800
後期高齢者医療制度	市町村の医療保険担当窓口

## (2) 福祉医療費助成制度

重度心身障がい者の方やひとり親家庭の方などは、世帯の所得によって医療費の自己負担が1割となり、かつ1ヶ月の支払いが上限額を超えると助成される場合があります。

詳細は別添チラシ「自己負担額一覧」をご覧ください。

### ◎お問合せ先：市町村の障がい福祉担当課 (P72)

### (3) 療養費

#### ① 弾性着衣等に係る療養費支給

- ・対象となる疾患：リンパ節郭清を伴う、乳がん、子宮がん、卵巣がん、前立腺がん、膀胱がんなどの術後に発生する四肢のリンパ浮腫
- ・医師記載の「弾性着衣等装着指示書」、購入の際の領収書が必要となります。
- ・加入されている保険者での申請手続きとなります。

#### ② 移植にかかる搬送費（療養費）支給

- ・骨髄移植や臍帯血移植等において、骨髄、臍帯血の運搬に要した費用は健康保険の療養費払の対象となります。一旦お支払いいただいた後に、加入している保険者に申請すると後日払い戻しを受けることができます。

- ◎お問合せ先：加入している公的医療保険窓口（P42）  
：がん相談支援センター（P33）

会計窓口



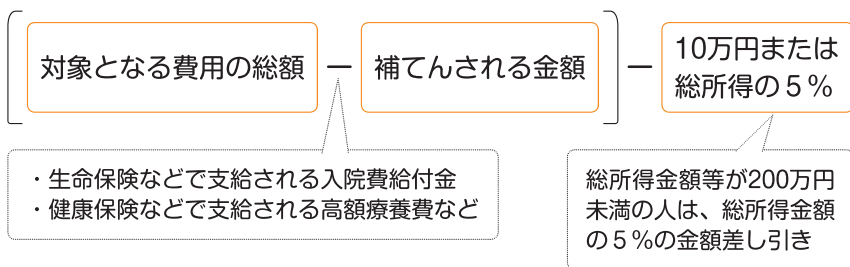
## (4) 医療費等の控除

所得税や住民税を支払っている方が1年間（1/1～12/31）に一定以上の医療費や介護費用を支払った場合、確定申告することで税金が軽減されます。

### <対象となる主な費用>

- ・ 医師や歯科医師による診療費
- ・ 治療や療養に必要なお薬代
- ・ 治療のためのあん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師、柔道整復師の施術費用
- ・ 医療費控除の対象となる介護保険サービスの自己負担額
- ・ 通院費（ガソリン代や駐車場料金は含まない）、医師等の送迎費、入院時の部屋代、食事代、医療用器具等の購入代や賃借料
- ・ 寝たきり高齢者のおむつ代（医師が発行する証明書が必要）
- ・ 保健師、看護師や家政婦等に付添など療養上の世話を依頼したときの費用など

### <対象となる金額>



※支払を証明する領収書やレシートが必要になります。

※勤務先の年末調整とは別に、自分で確定申告を行う必要があります。

◎お問合せ先：お住まいの税務署（P73）

## 2. 家庭の状況にあつ支援を受けたい

### (1) 傷病手当金

病気やけがで働けず、十分な報酬が得られない間の所得を保障するための手当です。受給期間は支給開始から最長1年6ヶ月です。休業1日につき標準報酬日額3分の2が支給されます。

#### <対象となる人>

- 全国健康保険協会や組合管掌健康保険等に加入している被保険者
- ※国民健康保険には傷病手当金の制度はありません。
- ※被扶養者への給付はありません。

#### <対象の条件>

- ①業務外で生じた病気やけがにより休んでいること
- ②仕事ができないこと
- ③連続した3日間を含む4日以上のお休みがあること
- ④休んでいる期間の給与の支払いがないか、傷病手当金の額より少ない支払いであること

◎お問合せ先：各事業所（勤務先）の担当者、加入している公的医療保険の窓口（P42）

### (2) 生活保護

病気や失業、さまざまな理由により生活が経済的に困難になったときに「健康で文化的な最低限度の生活」が送れるように保障する制度です。保護の内容は日常生活を送るためのものや医療を受けるためのもの、介護サービスを受けるためのものなどの8種類があります。

#### <対象>

- ・世帯の収入が国の定める基準以下
- ・他の制度や資産、援助、能力など活用できるものをすべて活用してもなお生活が維持できないこと

※最低生活費は居住地や世帯の人数、年齢などによって異なります。  
※最低生活費に不足するものが支給されます。

◎お問合せ先：市町村の福祉事務所（生活保護担当窓口）（P73）

### 第3部

## お金のことについて

### 2. 家庭の状況にあう支援を受けたい





## 3. 障害についての支援を受けたい

### (1) 障害年金

病気やけがのために一定の障害が生じると、その程度に応じて支給される年金です。

がんのために日常生活や就労に制限を受ける状態になったとき受けられる場合があります。

受給の可否や年金額などは、加入状況、保険の種類、本人の状態などによって異なります。

◎お問合せ先：年金事務所（P72）、加入している公的年金の窓口、がん相談支援センター（P33）

### (2) 身体障害者手帳

一定の障害者を持つ方に交付される手帳で、視覚、聴覚、平衡、音声機能言語機能またはそしゃく機能、肢体不自由、心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう又は直腸機能、小腸機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能、肝機能の12種類の障害別に基準が定められ、病気による障害が認められる場合があります。

税制上の優遇や各種サービスを受ける際に必要となることがあり、障害の等級や種類によって利用できるものが異なります。

#### 利用できる福祉サービス

- ・介護給付
- ・日常生活用具の給付（人工喉頭、吸引器。吸入器、ストマ装具等の購入補助）
- ・税の減免
- ・各種料金割引、減免
- ・公共交通機関運賃の割引 など

## 4. その他の制度

### (1) アスベスト健康被害に関する制度

アスベスト（石綿）が原因で下記疾患にかかった方・そのご遺族の方は、「労災保険制度」または労災保険の対象にならなかった場合でも「石綿による健康被害の救済に関する法律」により、医療費・弔慰金等の救済給付が受けられる場合があります。

	労災保険制度	石綿健康被害救済制度
対象疾患・病態	石綿肺 肺がん 中皮腫 びまん性胸膜肥厚 良性石綿胸水	石綿肺 肺がん 中皮腫 びまん性胸膜肥厚
対象者	労働保険加入者 (間接被爆も含む)	労働保険の対象にならない者
申請先	・労働基準監督署	・保健所 ・環境再生保全機構 TEL 0120-389-931 (受付時間：平日9:30～17:00)

◎お問合せ先：がん相談支援センター（P33）

### (2) 島根がん先進医療費利子補給交付事業

高額な医療費が必要となる、がんの先進医療を受ける方やそのご家族の方で、指定された金融機関のがん先進医療費専用ローンを利用された方に、「島根がん対策募金」から、利子相当額を最大7年間助成します。（実質、無利子で医療費ローンが利用できます。）

◎お問合せ先：公益財団法人ヘルスサイエンスセンター島根（☎0853-22-9343）

### (3) がん患者社会参加応援事業

がんの化学療法や放射線治療等を行い脱毛したがん患者さんや、外科的治療による乳房の切除を行ったがん患者さんへ、医療用ウィッグ、補

整下着の購入経費の一部を助成します。

※利用には所得などの条件があります。

◎お問合せ先：島根県健康福祉部健康推進課がん対策推進室  
(☎0852-22-6701)

#### (4) 基金

##### ●佐藤きち子記念「造血細胞移植患者支援基金」

造血幹細胞移植が経済的に受けられない方に対して、移植にかかる費用を支援する基金です。

※利用には所得などの条件があります。

◎お問合せ先：特定非営利活動法人 全国骨髄バンク推進連絡協議会  
(☎03-5823-6360) (ホームページ<http://www.marrows.or.jp/>)

##### ●淳彦基金

造血幹細胞移植のために公共財団法人HLA研究所で受けた検査費用を支援する基金です。

※利用には所得などの条件があります。

◎お問合せ先：淳彦基金を育てる会 (☎042-523-0571)  
(ホームページ <http://www.shin0219.sakura.ne.jp/atsuhikokikin-top.htm>)

##### ●志村大輔基金

血液疾患の患者さんの分子標的薬治療及び精子保存費用を支援する基金です。

※利用には所得などの条件があります。

◎お問合せ先：特定非営利活動法人 全国骨髄バンク推進連絡協議会  
(☎03-5823-6360) (ホームページ<http://www.marrows.or.jp/>)

### ●このどり マリーン基金

血液疾患の未婚女性患者の未受精卵子の保存費用を支援する基金です。

※利用には所得などの条件があります。

◎お問合せ先：特定非営利活動法人 全国骨髓バンク推進連絡協議会  
(☎03-5823-6360) (ホームページ[http://www.marrows.or.jp/supports/post\\_53.html](http://www.marrows.or.jp/supports/post_53.html))



# 第4部

## 社会とのつながりの中で 自分らしく向き合うために

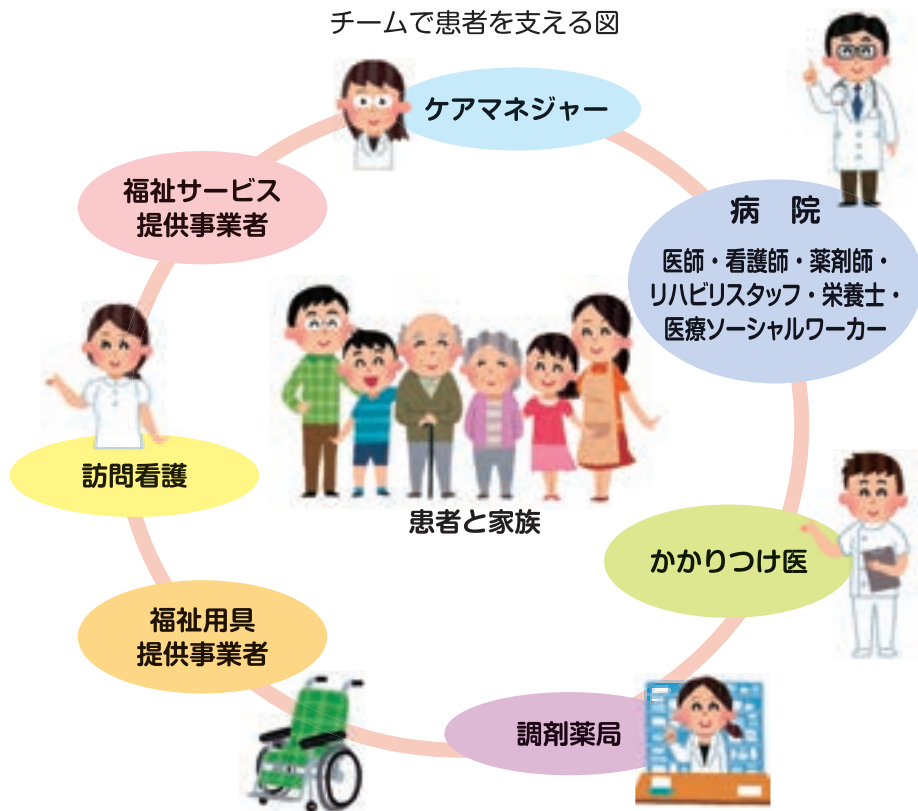
温泉津温泉



# 1. 自宅での療養を続けたい

患者・家族を住み慣れた家で支えるための支援チーム

チームで患者を支える図



## (1) 訪問診療

かかりつけ医が定期的に在宅で療養している患者さんの自宅を訪問し、診療を行います。さまざまな医学的な管理やがんの痛みなどに対する在宅緩和ケア、終末期のケアも行います。

## (2) 訪問看護

看護師が在宅で療養している患者さんの自宅を訪問し、医療と生活の両面から看護を行います。主治医の指示に基づいて、患者さん・ご家族が安心して在宅療養を続けられるよう支援します。医療保険または介護保険により利用することができます。

### ◎訪問診療・看護を希望する場合

かかりつけ医、がん相談支援センター、病院の看護師・医療ソーシャルワーカー、ケアマネジャーにご相談ください。

### (3) 訪問薬剤管理指導

薬剤師が在宅で療養している患者さんの自宅を訪問し、薬についてのご説明や薬の管理のお手伝いをします。

また、薬の効果を確認するとともに、副作用や相互作用（飲み合わせ）が出ていないか、薬が歩行や食事、睡眠といった日常生活に影響を与えていないかなどを確認し、その結果を医師に報告します。必要があれば、訪問看護師・ヘルパー・ケアマネジャーなどと連携をはかります。

◎お問合せ先：一般社団法人島根県薬剤師会（☎0852-25-0900）

※島根県薬剤師会のホームページ

<http://www.simayaku.or.jp/>「在宅薬局検索システム」で、県内の在宅薬局が検索できます。

### (4) 介護保険

介護保険の認定を受けると在宅療養を継続するためにベッドや車いすのレンタルやヘルパーの支援等を受けることができます。

#### ■対象

- ①65歳以上の介護を必要とする状態にある方
- ②40歳～65歳未満の方で、16の特定疾病に該当し、介護を必要とする場合。

※がんも病状によっては対象になります。

#### ■受けられるサービス

認定結果によって、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。

（福祉用具、訪問介護、訪問入浴、訪問看護、訪問リハビリ、デイケア、デイサービス、ショートステイ等）

◎お問合せ先：お住まいの地区の介護保険保険者（P68）、地域包括支援センター（P69）、病院の医療ソーシャルワーカー

## (5) 身体障害者手帳

がんで人工肛門造設・喉頭摘出術を受けた方や、日常生活に制限を受けることになったがんの患者さんも、介護給付などの福祉サービスを利用できることがあります。

※申請してから手帳が交付されるまで約2～3か月かかります。

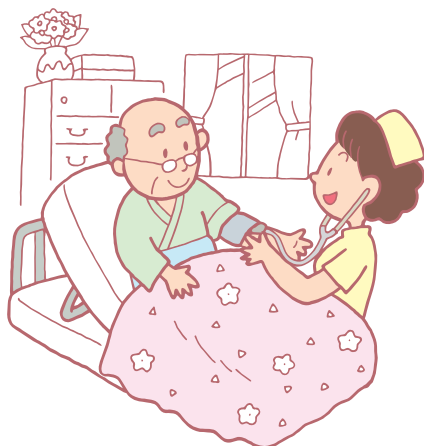
※申請には指定医が作成した診断書が必要です。

◎お問合せ先：各市町村の障がい福祉担当課（P72）

## (6) 福祉タクシー

福祉タクシーとは車いすや寝台のまま移動可能なタクシーのことです。車いす車両や寝台車両に限らず、普通車両（セダン型）による通院準備や歩行、乗り降りの介助も含んでおり、乗務員は、ホームヘルパー2級以上の資格を取得しています。

◎お問合せ先：病院の医療ソーシャルワーカーなど





## 2. がんの仕事

働きながら、治療を続けるためには、主治医と相談しながら、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。すぐに退職を決めるのではなく、ひとりで悩まないで、職場の上司、人事担当者、産業医等への相談を考えましょう。また、ご家族ががんになった場合、育児休業、介護休業などもあります。職場の担当者へよくご相談ください。

私たちは、社会の中で生きています。治療後も、社会とうまくつながることで、大きな力を得ることが出来るでしょう。

### ■社会とのつながりを保つためには

#### ・周りの人への伝え方を心の中で準備しておく

がんの治療ではほとんどの場合、入院や定期的な通院、自宅療養が必要となるため、仕事や家事、社会活動などはしばらく休むこととなります。

周囲にどのように伝えるか、家族と話をし、考えておくともいかもしれません。

#### ・必要に応じて職場の人事担当者や専門家に相談を

就業している患者さんや家族のために、多くの支援制度があります。産業医や産業保健師など相談できる専門家がいる場合もあります。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、人事部門や担当医と連携し、配属や業務内容について調整できるとよいでしょう。定期的な受診や治療の予定に応じて無理なく通院できるように協力を得ていくことも大切です。

#### ・仕事を持つ人向けの制度や情報を集めておく

職場の就業規則や時短勤務、傷病休暇制度のほかに、病状に応じて公的な高額療養費制度、傷病手当金、介護保険、身体障害者手帳、障害年金、生活保護などの制度を活用することができる場合があります。医療機関であればがん相談支援センターの相談員が相談に対応しています。また、地域の地域産業保健センター、

労働基準監督署などの総合労働相談コーナー、社会保険労務士などに相談することもできます。

#### ・復帰は徐々に無理なく

がん治療後の復帰は、焦らずに徐々に進めることが大切です。

職場に復帰するに当たっては、上司と相談しながら「職場復帰プログラム」を組んでみるのもよいでしょう。まずは日常生活に体を慣らしていきます。

さまざまな理由から退職などを考えることもあるかもしれませんが。しかし、いつもより心身が弱っているときに、退職など生活の大きな変化について結論を出すのはできるだけ避けましょう。

#### ・社会生活を楽しみましょう

治療や療養生活を経て、心と体の元気を取り戻したら、社会生活を楽しみましょう。自分の生活を楽しめるようになれば、次には、あなたがほかの誰かを支えることができるようになります。がんとは関係のない社会活動でも、また同じ病気に悩む人を支える活動でも、可能な範囲で社会参加することを考えてみましょう。

出典：国立がん研究センターがん対策情報センター  
「患者必携 がんになったら手にとるガイド 普及新版」

病院のがん相談支援センター(P32)では「働くこと」に関する相談にも対応しています。ハローワークや社会保険労務士と連携し、あなたの就労を支援します。

#### ◎こちらをご覧ください

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」

「がんと共に働く」 <http://ganjoho.jp/pub/support/work/>

「がんと仕事のQ & A」 <http://ganjoho.jp/public/support/work/qa/index.html>

### 3. 地域で安心して暮らしたい

#### (1) 地域連携クリティカルパス

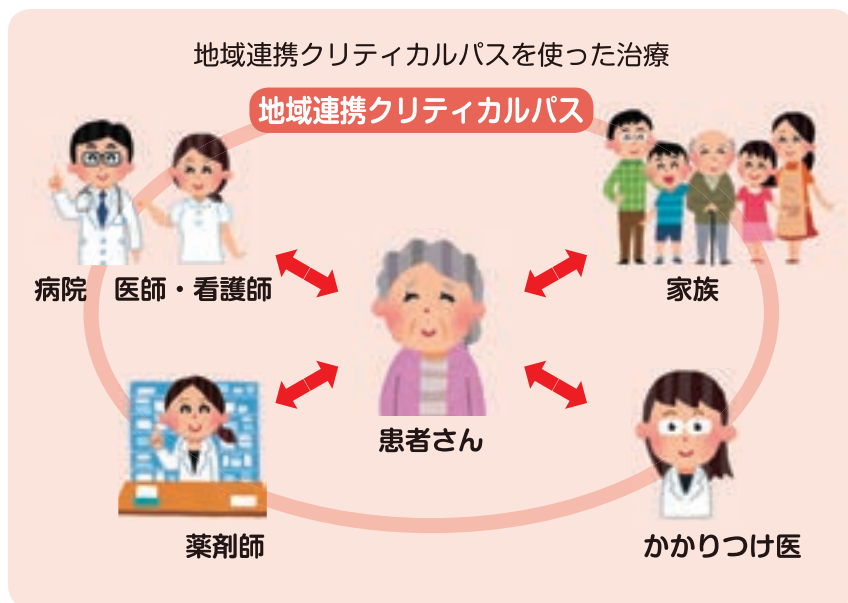
「地域連携クリティカルパス」とは、地域のかかりつけ医と病院の専門医が、患者さんの治療を協力して行うために治療経過を共有する「治療計画表」のことです。

この治療計画表に基づいて、一部の検査を含む日々の診察と薬の処方はいかりつけ医で、節目の診察・検査は専門医で行われます。

治療の経過情報は、関係する医療機関で共有しますので、患者さんは同じ治療方針のもとで、必要な治療を適切な医療機関でスムーズに受けることができます。

また、患者さん自身が持つ「私のカルテ」には、治療計画表（地域連携クリティカルパス）のほか、主治医の役割や退院後の日常生活の送り方、症状・検査結果、各病院や調剤薬局の連絡事項といった診療情報がまとめられています。

病院、診療所や薬局、そしてご家族など、患者さんのまわりのみんなが「私のカルテ」で情報を共有することで、安心して治療を受けることができます。



## (2) まめネット

「まめネット」は、島根県内の中核病院をはじめとして、各地の病院や診療所、調剤薬局などの医療機関を相互につなぐ医療情報ネットワークです。

まめネットに接続する各医療機関では、患者さんの同意のもとで診療情報等を閲覧することができるようになります。(これを「連携カルテ」と呼びます。)

これまで複数の医療機関に分散されていた患者さんの医療情報を連携カルテとして共有することで、診断や治療、調剤などを行う際により正確な診断、安全な処置などができるようになります。

しまね医療情報ネットワーク協会では、皆さまへのより良い医療の提供を目的に、患者さんの診療情報を地域の医療機関や訪問看護・介護事業所等で共有する仕組みづくりを行っています。そこで生まれた、しまね医療情報ネットワーク「まめネット」。

これにより、皆さまに「より安全と安心な医療サービス」が提供できるものと確信しています。

すべては患者さんの安心・安全のために。

島根県内の中核病院をはじめとして、各地の医療機関、訪問看護、介護事業所がつながります。



### ◎まめネットに関するお問合せ先

特定非営利法人 しまね医療情報ネットワーク協会  
(☎0853-22-8058)

# 第5部 子どもの支援について

安来のひなめぐり



# 1. 子どもの生活を支えたい

## (1) 相談支援

がんの診断を受けた小児・AYA世代※の患者さんとそのご家族は、ことばでは言い表せない不安と同時に、これからの生活への気がかりが押し寄せてきます。病院内外に多方面からサポートするスタッフがいます。1人で悩まないで、医療スタッフに伝えて適切な相談者を紹介してもらいましょう。※AYA世代のAYAとは「Adolescent and Young Adult」の略で、「思春期と若年成人」を意味し、主に15～30歳代（明確な定義がなく、国や機関等によって若干の差があります。）を指します。

### がん相談支援センター（→P32）

がん診療連携拠点病院に設置されている「がん相談窓口」です。その病院にかかっているなくても、誰でも無料で相談できます。詳しくはP32を参照してください。

### 公益財団法人 がんの子どもを守る会

がんの子どもを守る会は、1968年10月に小児がんで子どもを亡くした親たちによって、小児がんが治る病気になってほしい、また小児がんの子どもを持つ親を支援しようという趣旨のもとで設立された団体です。子どもの難病である小児がんに関する知識の普及、相談、調査・研究、支援、宿泊施設の運営、その他の事業を行い、社会福祉及び国民保健の向上に寄与することを目的としています。会では、専門のソーシャルワーカー及び嘱託医が、小児がんに関するあらゆる相談に応じています。

#### ◎お問合せ先

##### 公益財団法人 がんの子どもを守る会

（本部）相談電話番号 03-5825-6312（平日 10：00～16：00）

（大阪）相談電話番号 06-6263-2666（平日 10：00～16：00）

### 小児がん こどもでんわ相談室

20歳未満の方を対象とした電話相談です。小児がんの子どもだけではなく、きょうだいや友だちなど、子どもみんなのための相談室です。電話代も相談料もかかりません。



## ◎小児がんこどもでんわ相談室

☎0120-307-164 ※毎月1回 第1水曜日 16:00~19:00

## ◎お問合せ先

公益財団法人 がんの子どもを守る会

(本部) 相談電話番号 03-5825-6312 (平日10:00~16:00)

## (2) 入院中の教育・復学

島根県の一部の拠点病院には、病気やけがで長期入院を必要とする小・中学生が、入院治療中で学校教育が受けられるように院内学級が設けられています。在籍する学校から転校が必要な場合がありますので、主治医・看護師だけでなく担任や院内学級担任へ相談する必要があります。

医療スタッフ、院内学級の担任と、もとの学校の担任、養護教諭等と連携・調整を図りながら、本人のからだの状態や学習の状況をもとに、本人と一緒に復学の準備を進めます。

## (3) 医療的ケアの必要な子どもの支援

医療的なケアの必要な子どもたちが、在宅で安心して療養生活を送るために、入院中の医療機関スタッフ（医療ソーシャルワーカー・看護師等）が、居住地の保健所保健師、市町村保健師、訪問看護師等と連携を図ります。

## (4) 入院中のきょうだい支援

### ・一時預かり保育

一時的に家庭保育が困難な場合及び保護者の育児に伴う負担解消のため、認可保育所にて実施されています。

※実施保育園で、直接申し込みが必要です。

### ・ファミリーサポートセンター

子どもを預けたい人と預かる人をあらかじめ登録しておき、子どもの面倒を見ることができない時に、一時的に子どもを預かってくれる人を紹介するところです。

申し込み、問い合わせは各ファミリーサポートセンター（P.74）

### ・冊子「小児がんの子どものきょうだいたち」

きょうだいとその周囲にいるすべての人々双方の相互理解を深める助けとなり、きょうだいと対話するきっかけになることを期待し、

作成されたものです。冊子ご希望の方は公益財団法人がんの子どもを守る会（P.60）までお問合せください。ホームページ

（<http://www.ccaj-found.or.jp>）からダウンロードも可能です。また、きょうだいのキャンプや交流会なども開催されています。

#### ・その他

様々な状況で、お困りの場合には、医療ソーシャルワーカーにご相談ください。医療ソーシャルワーカーに相談したい場合には、医師や看護師へ声をかけていただくと連携を図ります。



隠岐の島町 しゃくなげ



## 2. 子ども向けの制度を知りたい

### (1) 乳幼児等医療費助成制度

島根県では、小学校就学前の乳幼児の入通院、就学後から20歳未満までの児童等の慢性呼吸器疾患等14疾患群による入院を対象に医療費の公費負担助成を受けることができます。

	対 象	入 院	通 院	薬局等（※1）
(1)	0歳から小学校就学前児の入通院（所得制限なし）	2,000円 （月額）	1,000円 （月額）	0円
(2)	就学後20歳未満の者の慢性呼吸器疾患等14疾患群（※2）にかかる入院（所得制限あり） ※がんも含まれます	15,000円 （月額）	対象外	対象外

※1 薬局等とは、薬局・柔道整復施術所・治療用装具製作所・訪問看護ステーションのことです。

※2 白血病等悪性新生物も含まれますが、(2) 小児慢性特定疾病医療支援の認定基準を満たさない方が対象です。

#### ○手続について

- ・ 0歳から小学校就学前に該当する方は、各市町村から「乳幼児等医療費受給資格者証」の交付を受け、支払いの際に医療機関等の窓口にて提示してください。
- ・ 就学後20歳未満に該当する方は、直接市町村から助成を受けることとなりますので申請方法を各市町村でご確認ください。

◎市町村からさらに助成を受けることができる場合がありますので、詳しくは各市町村にお問い合わせください。

◎お問合せ先：各市町村の担当課

### (2) 小児慢性特定疾病医療支援事業

慢性疾患にかかっている児童等の健全育成の観点から、医療費の一部を助成することで家族の負担軽減を図ることを目的として実施されています。

**対象となる人：**白血病等の悪性新生物等の疾患にかかっている島根県内に住所を有する18歳未満の児童。また、18歳未満で対象となれば、引き続き20歳になるまでの間対象となります。

各疾病についてそれぞれに認定基準があります。

◎お問合せ先：管轄の保健所（松江市在住の方は松江市役所）（P76）

### (3) 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。

◎お問合せ先：各市町村の担当課

### (4) 障がい児福祉手当

重度の障害をも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。

◎お問合せ先：各市町村の担当課

### (5) 奨学金制度

小児がん経験者、がん遺児のための奨学金制度があります。

- ・公益財団法人がんの子どもを守る会

「アフラック小児がん経験者・がん遺児奨学金制度」

ホームページ <http://www.ccaj-found.or.jp/support-01/>

- ・NPO法人J.POSH 日本乳がんピンクリボン運動

「J.POSH奨学金 まなび」

ホームページ <http://www.j-posh.com/about/activity/scholarship/>

◎お問合せ先：各団体または島根県教育庁人権同和教育課

（☎0852-22-5432）

### (6) その他

- 入院児童等患者家族宿泊施設

島根大学医学部附属病院では、入院児童等患者家族宿泊施設「だんだんハウス」が利用できます。

◎お問合せ先：島根大学医学部医療サービス課（☎0853-20-2069）

- 公益財団法人がんの子どもを守る会の支援制度

- ・がんの子どもを守る会療養援助事業

対象となる人：18歳未満で小児がんを発症し、申請時20歳未満の

抗腫瘍治療中の患児の家族

※申請には、所得制限などの条件があります。

#### ・宿泊施設の利用制度

自宅から離れた病院での治療を余儀なくされる患児・家族に対し、安価で長期間滞在できる宿泊施設を提供します。

#### ◎お問合せ先：公益財団法人 がんの子どもを守る会

ホームページ <http://www.ccaj-found.or.jp/>

E-mail [nozomi@ccaj-found.or.jp](mailto:nozomi@ccaj-found.or.jp)

#### 本部事務局

〒111-0053 東京都大東区浅草橋1-3-12

☎ 03-5825-6311 (代表) 03-5825-6212 (相談)

#### 大阪事務所

〒541-0057 大阪府大阪市中央区北久宝寺町2-3-1

☎ 06-6263-1333 (代表) 06-6263-2666 (相談)

#### ●ウイッグ

治療などにより脱毛したお子さんに、無償でウイッグを提供する支援事業等があります。詳しくはがん相談支援センター (P.33) へお問い合わせください。

#### ●共済保険

白血病などの小児がんを克服し、現在健康な学校生活や社会生活を営んでいる人たちが加入できる保険があります。詳しくはがん相談支援センター (P.33) へお問合せください。



浜田市 大蛇



赤川壺

## 第6部 問合せ一覧



津和野町 殿町通り

## 市町村国民健康保険担当課

市町村名	担当部課名	電話番号
松江市	市民部保険年金課	0852-55-5261
		0852-55-5264
		0852-55-5267
浜田市	市民生活部医療保険課	0855-25-9410
出雲市	健康福祉部保険年金課	0853-21-6984
		0853-21-6982
益田市	福祉環境部保険課	0856-31-0212
大田市	環境生活部市民課	0854-83-8154
安来市	市民生活部保険年金課	0854-23-3084
江津市	市民部保険年金課	0855-52-2501 (内1114)
雲南市	市民環境部市民生活課	0854-40-1031
奥出雲町	健康福祉課	0854-54-2511
飯南町	保健福祉課	0854-72-1770
川本町	健康福祉課	0855-72-0633
美郷町	住民課	0855-75-1213
邑南町	町民課	0855-95-1114
津和野町	健康福祉課	0856-72-0651
吉賀町	保健福祉課	0856-77-1165
海士町	住民生活課	08514-2-1821
西ノ島町	町民課	08514-6-0103
知夫村	村民福祉課	08514-8-2211
隠岐の島町	町民課	08512-2-8560

## 介護保険 保険者

保険者名	担当部課名	住所	電話番号
松江市	健康福祉部 介護保険課	松江市末次町86	0852-55-5303
浜田市	市民生活部 医療保険課	島根県浜田市殿町1	0855-25-9410
出雲市	健康福祉部 高齢者福祉課	出雲市今市町70	0853-21-2211
	健康福祉部 医療介護連携課	出雲市今市町70	0853-21-6106
益田市	福祉環境部 高齢者福祉課	益田市常盤町1-1	0856-31-0682
大田市	市民生活部 高齢者福祉課	大田市大田町 大田口1111	0854-82-1600(代)
安来市	健康福祉部 介護保険課	安来市広瀬町 広瀬1930-1	0854-23-3290
津和野町	健康福祉課	鹿足郡津和野町 後田口64-6	0856-72-0651



保険者名	担当部課名	住 所	電話番号
吉 賀 町	保健福祉課	鹿足郡吉賀町 六日市750	0856-77-1165
邑智郡総合事務組合	介護保険課	邑智郡川本町 大字川本332-15	0855-72-3535
浜田地区広域行政組合	介護保険課	浜田市野原町 859-1	0855-25-1520
雲南広域連合	介護保険課	雲南市木次町里方 1100-6	0854-47-7342
隠岐広域連合	介護保険課	隠岐郡隠岐の島町 都万2016	08512-6-9151

## ■地域包括支援センター

市町村名	担当地区	名 称	住 所	電話番号
松江市	朝酌・川津・ 本庄・持田・ 島根・美保 関・八束	松東 地域包括 支援センター	松江市西川津町 825-2（シルバ ークプラザ3階）	0852-24-1810
		松東 サテライト （美保関）	松江市美保関町下宇 部尾61-2（松江市美 保関支所）	0852-72-9355
	城北・城西・ 城東・白瀧・ 朝日・雑賀	中央 地域包括 支援センター	松江市千鳥町70（松 江市総合福祉セン ター1階）	0852-24-6878
	法吉・生馬・ 古江・秋鹿・ 大野・鹿島	松北 地域包括 支援センター	松江市鹿島町佐陀本 郷640-1（松江市鹿 島支所2階）	0852-82-3160
	津田・大庭・ 古志原	松南第1 地域包括 支援センター	松江市上乃木5-18- 10（旧浩生寮跡）	0852-60-0783
	竹矢・八雲・ 東出雲	松南第2 地域包括 支援センター	松江市東出雲町楯屋 1216-1（東出雲保 健相談センター）	0852-52-9570
	乃木・忌部・ 玉湯・宍道	湖南 地域包括 支援センター	松江市乃白町32-2 （松江市保健福祉総 合センター3階）	0852-24-1830
湖南 サテライト （宍道）		松江市宍道町上来待 213-1（宍道健康セ ンター）	0852-66-9355	
浜田市	浜田市	浜田市 地域包括 支援センター	浜田市殿町1（浜田 市役所健康長寿課内）	0855-25-9321
	金城地区	サブセンター 金城	浜田市金城町下来原 171（金城支所市民 福祉課内）	0855-42-1235
	旭地区	サブセンター 旭	浜田市旭町今市637 （旭支所市民福祉課内）	0855-45-1435

市町村名	担当地区	名称	住所	電話番号
浜田市	弥栄地区	サブセンター 弥栄	浜田市弥栄町長安本郷542-1（弥栄支所市民福祉課内）	0855-48-2656
	三隅地区	サブセンター 三隅	浜田市三隅町三隅1434（三隅支所市民福祉課内）	0855-32-2806
出雲市	出雲市 （出雲地区）	出雲高齢者 あんしん 支援センター	出雲市今市町543（社会福祉センター）	0853-25-0707
	平田地区	平田高齢者 あんしん 支援センター	出雲市平田町2112-1（平田福祉館内）	0853-63-8200
	佐田地区	佐田高齢者 あんしん 支援センター	出雲市佐田町反辺1747-6（出雲市役所佐田支所内）	0853-84-0019
	多伎地区	多伎高齢者 あんしん 支援センター	出雲市多伎町小田50（多伎地域福祉センター内）	0853-86-7122
	湖陵地区	湖陵高齢者 あんしん 支援センター	出雲市湖陵町三部1352（湖陵福祉センター内）	0853-43-7611
	大社地区	大社高齢者 あんしん 支援センター	出雲市大社町杵築南1397-2（大社健康福祉センター内）	0853-53-3232
	斐川地区	斐川高齢者 あんしん 支援センター	出雲市斐川町上庄原1766-2（出雲市社会福祉協議会斐川支所内）	0853-73-9125
益田市	益田地区	益田市 地域包括 支援センター	益田市常盤町1-1（益田市役所高齢者福祉課内）	0856-31-0245
	美都地区	益田市美都 地域包括 支援センター	益田市美都町都茂1195（美都デイサービスセンター内）	0856-52-3335
	匹見地区	益田市匹見 地域包括 支援センター	益田市匹見町匹見イ1208（特別養護老人ホームもみじの里内）	0856-56-0539
大田市	大田市全域	大田市 地域包括 支援センター	大田市大田町大田口1111（大田市役所介護保険課内）	0854-82-8787
		地域包括 支援センター サブセンター	大田市大田町大田イ140-2（大田町市民センター内）	0854-83-7766
安来市	安来市	安来市地域 包括支援センター	安来市広瀬町広瀬754（広瀬社会福祉センター内）	0854-32-9110
		安来市地域 包括支援センター はくた	安来市伯太町安田1687（いきいきの郷はくた内）	0854-37-1540



市町村名	担当地区	名 称	住 所	電話番号
安来市	安来市	安来市地域 包括支援センター やすぎ	安来市飯島町1240- 13（安来市社会福 祉協議会事務所2階）	0854-27-7100
江津市	江津市	江津市 地域包括 支援センター	江津市江津町1525 （江津市役所健康医 療対策課内）	0855-52-7488
雲南市	雲南市全域、 木次町、三 刀屋町、吉 田町、掛合 町	雲南市 地域包括 支援センター	雲南市木次町里方 521-1（雲南市役所 内）	0854-40-1043
	大東町、加 茂町	雲南市地域 包括支援センター 大東	雲南市大東町大東 1673-1（大東総合 センター内）	0854-43-5671
奥出雲町	奥出雲町	奥出雲町 地域包括 支援センター	仁多郡奥出雲町三成 358-1（奥出雲町役 場仁多庁舎内）	0854-54-2512
飯南町	飯南町	飯南町 地域包括 支援センター	飯石郡飯南町頓原 2064（飯南町保健 福祉センター内）	0854-72-1770
川本町	川本町	川本町 地域包括 支援センター	邑智郡川本町大字川 本271-3（川本町役 場健康福祉課内）	0855-72-0633
美郷町	美郷町	美郷町 地域包括 支援センター	邑智郡美郷町粕淵 168（美郷町健康福 祉課内）	0855-75-1231
邑南町	邑南町	邑南町 地域包括 支援センター	邑智郡邑南町矢上 6000（邑南町役場 福祉課内）	0855-95-1115
津和野町	津和野町	津和野町 地域包括 支援センター	鹿足郡津和野町森村 口141（津和野共存 病院1階）	0856-72-0683
吉賀町	吉賀町	吉賀町 地域包括 支援センター	鹿足郡吉賀町六日市 582-1（吉賀町保健 センター内）	0856-77-3123
海士町	海士町	海士町 地域包括 支援センター	隠岐郡海士町大字海 士1490（海士町役 場健康福祉課内）	08514-2-1822
西ノ島町	西ノ島町	西ノ島町 地域包括 支援センター	隠岐郡西ノ島町大字 浦郷544-15（浦郷 シルバー会館内）	08514-6-1182
知夫村	知夫村	知夫村 地域包括 支援センター	隠岐郡知夫村1065 （知夫村役場内）	08514-8-2211
隠岐の島町	隠岐の島町	隠岐の島町 地域包括 支援センター	隠岐郡隠岐の島町城 北町1（隠岐の島町 役場1階福祉課内）	08512-2-4500

## 市町村障がい福祉担当課

市町村名	担当課	電話番号
松江市	障がい者福祉課	0852-55-5304
浜田市	地域福祉課	0855-25-9322
出雲市	福祉推進課	0853-21-2211(代)
益田市	生活福祉課	0856-31-0251
大田市	地域福祉課	0854-82-1600(代)
安来市	障がい者福祉課	0854-23-3216
江津市	医療対策課	0855-52-2501(代)
雲南市	長寿障がい福祉課	0854-40-1042
奥出雲町	福祉事務所	0854-54-2541
飯南町	福祉事務所	0854-72-1773
川本町	健康福祉課	0855-72-0633
美郷町	健康福祉課（福祉事務所）	0855-75-1931
邑南町	福祉課	0855-95-1115
津和野町	健康福祉課	0856-72-0673
吉賀町	保健福祉課	0856-77-1165
海士町	健康福祉課	08514-2-1823
西ノ島町	健康福祉課	08514-6-0104
知夫村	村民福祉課	08514-8-2211(代)
隠岐の島町	福祉課	08512-2-8561

## 年金事務所

年金事務所名	住所	電話番号	管轄区域
松江年金事務所	松江市東朝日町107	0852-23-9540	松江市、安来市、雲南市、仁多郡、隠岐郡
浜田年金事務所	浜田市原井町908-26	0855-23-0670	浜田市、益田市、江津市、邑智郡、鹿足郡
出雲年金事務所	出雲市塩冶町1516-2	0853-24-0045	出雲市、大田市、飯石郡

## ■福祉事務所

名称	住所	電話番号
松江市福祉事務所	松江市末次町86	0852-55-5305
浜田市福祉事務所	浜田市殿町1	0855-25-9301
出雲市福祉事務所	出雲市今市町70	0853-21-6691
益田市福祉事務所	益田市常盤町1-1	0856-31-0242
大田市福祉事務所	大田市大田町大田01111	0854-82-1600(代)
安来市福祉事務所	安来市広瀬町広瀬703	0854-23-3210
江津市福祉事務所	江津市江津町1525	0855-52-2501(代)
雲南市福祉事務所	雲南市木次町木次1013-1	0854-40-1041
奥出雲町福祉事務所	仁多郡奥出雲町三成358-1	0854-54-2541
飯南町福祉事務所	飯石郡飯南町頓原2064	0854-72-1773
川本町福祉事務所	邑智郡川本町大字川本545-1	0855-72-0633
美郷町福祉事務所	邑智郡美郷町粕淵168	0855-75-1931
邑南町福祉事務所	邑智郡邑南町矢上6000	0855-95-1236
津和野町福祉事務所	鹿足郡津和野町後田64-6	0856-72-0673
吉賀町福祉事務所	鹿足郡吉賀町六日市750	0856-77-1165
海士町福祉事務所	隠岐郡海士町大字海士1490	08514-2-1823
西ノ島町福祉事務所	隠岐郡西ノ島町大字浦郷534	08514-6-0104
知夫村福祉事務所	隠岐郡知夫村1065	08514-8-2211(代)
隠岐の島町福祉事務所	隠岐郡隠岐の島町城北町1	08512-2-8561

## ■税務署

税務署名	住所	電話番号(代表)	管轄地域
松江税務署	松江市向島町134-10 松江地方合同庁舎	0852-21-7711	松江市、安来市
浜田税務署	浜田市殿町1177	0855-22-0360	浜田市、江津市、 邑智郡
出雲税務署	出雲市塩治善行町13-3 出雲地方合同庁舎	0853-21-0440	出雲市
益田税務署	益田市元町12-11	0856-22-0444	益田市、鹿足郡
石見大田税務署	大田市大田町大田 イ289-2	0854-82-0980	大田市
大東税務署	雲南市大東町飯田86-7	0854-43-2360	雲南市、仁多郡、 飯石郡
西郷税務署	隠岐郡隠岐の島町城北町55 隠岐の島地方合同庁舎	08512-2-0350	隠岐郡

## ■ 島根県内のファミリーサポートセンター

年金事務所名	住 所	TEL	FAX
まつえファミリーサポートセンター	松江市乃白町32-2 松江市保健福祉総合センター1F	0852-32-0850	
はまだファミリーサポートセンター	浜田市松原町235-1 浜田市子育て支援センター内	0855-22-8912	
いずもファミリーサポートセンター本部	出雲市駅北町10-3 アトネスいずも内	0853-30-1261	
いずもファミリーサポートセンター平田支部	出雲市平田町2112-1 ひらた子育て支援センター内	0853-63-4466	
いずもファミリーサポートセンター斐川支部	出雲市斐川町上庄原1760-1 まめなが一番館内	0856-73-7375	0853-73-7376
ますだファミリーサポートセンター	益田市常盤町11-1 益田市子育て支援センター内	0856-23-0030	0856-22-2851
おおだファミリーサポートセンター	大田市大田町大田イ729-5 おおだ子どもセンター内	0854-82-7466	
やすぎファミリーサポートセンター	安来市黒井田町160-7 安来市親子交流センター内	0854-23-7050	

年金事務所名	住 所	TEL	FAX
ごうつファミリーサポートセンター	江津市江津町1518-1 江津市子育てサポートセンター内	0855-52-4948	0855-52-0569
雲南市大東ファミリーサポートセンター	雲南市大東町大東1663 大東保育園子育て支援室内	0854-43-6132	0854-43-3996
雲南市大東ファミリーサポートセンター加茂支部	雲南市加茂町加茂中1001番地4 雲南市加茂子育て支援センター内	0854-49-8355	0854-49-6723
雲南市大東ファミリーサポートセンター木次支部	雲南市木次町里方915番地1 雲南市木次子育て支援センター内	0854-42-2030	0854-42-1008
雲南市掛合町ファミリーサポートセンター	雲南市掛合町掛合2149-2 掛合保育所内	0854-62-9900	0854-62-1900
飯南町ファミリーサポートセンター本部センター	飯南町野萱774番地2 来島保育所内	0854-76-3284	
飯南町ファミリーサポートセンター頓原地域センター	飯南町頓原1426番地 桜ヶ台保育所内	0854-72-0237	
飯南町ファミリーサポートセンター志々地域センター	飯南町八神142番地	0854-73-0474	

年金事務所名	住 所	TEL	FAX
飯南町ファミリーサポートセンター赤名地域センター	飯南町上赤名70番地7赤名保育所内	0854-76-2792	
隠岐の島町ファミリーサポートセンター	隠岐郡隠岐の島町下西吉賀下166-2 隠岐の島町地域子育て支援センター (隠岐共生学園第二保育所)内	08512-2-0144	08512-2-0210

## ■保健所

名 称	住 所	電話番号 (代表)
松江保健所	松江市東津田町1741-3	0852-23-1313
雲南保健所	雲南市木次町里方531-1	0854-42-9623
出雲保健所	出雲市塩冶町223-1	0853-21-1190
県央保健所	大田市長久町長久八7-1	0854-84-9800
浜田保健所	浜田市片庭町254	0855-29-5537
益田保健所	益田市昭和町13-1	0856-31-9535
隠岐保健所	隠岐郡隠岐の島町港町塩口24	08512-2-9701
隠岐保健所 (島前保健環境課)	隠岐郡西ノ島町大字別府字飯田56-17	08514-7-8121

## ■その他

名 称	連 絡 先
公益財団法人 日本骨髄バンク 地区普及広報委員	090-7125-7740(福富)

### 本書に関する問合せ先

島根県 健康福祉部 健康推進課 がん対策推進室

〒690-8501 島根県松江市殿町1番地

TEL : 0852-22-5060 FAX : 0852-22-6328

E-mail : kenkosuishin@pref.shimane.lg.jp

「しまねのがんサポートブック」に記載された情報は特に記載がない場合、平成28年12月現在のものです。作成後に変更されていることがありますのでご注意ください。ただきますとともに、ご了承願います。

この本は平成27年度ふるさと島根寄附金により作成しました。

平成29年3月発行