

がんになっても、安心して暮らせるまち・かしわ

柏市民のための がんサポートハンドブック



【目次】

- 「がんに関する相談先」について・・・ 1～4ページ
- 「自宅での療養生活・子育て」について・・・ 5～7ページ
- 「治療と就労の両立」について・・・ 8ページ
- 「経済的な支援」について・・・ 9～10ページ
- 「緩和ケア」について・・・ 11ページ
- 「役立つ情報」について・・・ 12～13ページ

柏市

令和6年4月

1 あなたや家族を応援します ～お気軽にご相談ください～

市役所の相談窓口

相談内容	担当課	電話番号
がん支援の情報に関すること	健康政策課	04-7167-1171
がん検診に関すること	健康増進課	04-7168-3715
小児がん医療費の助成に関すること	地域保健課	04-7167-1257
地域包括支援センターに関すること	地域包括支援課	04-7167-2318
在宅医療に関すること	地域医療推進課	04-7197-1510
介護保険の申請に関すること	高齢者支援課	04-7167-1134

市役所以外の相談窓口

病気になると色々なことが心配になると思います。ご心配やお困りごとについて、専門家に気軽に相談ができます。（相談料は無料です）

がん診療連携拠点病院 柏市内に2ヶ所あります

がん診療連携拠点病院とは、全国どこでも「質の高いがん医療」を提供することを目指して、各都道府県知事からの推薦、さらに検討会の意見を踏まえて、厚生労働大臣が指定した病院です。専門的ながん医療の提供、がん診療の連携協力体制の整備、および患者さんへの相談支援や情報提供などを担う役割があります。

各病院の
受診歴がないかた
でも、気軽に利用
できます。

国立がん研究センター東病院

サポーターズケアセンター／
がん相談支援センター

☎04-7134-6932（直通）

- 受付時間：午前8時30分から
午後5時15分まで
※月曜日から金曜日（祝日除く）
- 場 所：柏市柏の葉6-5-1
「病院棟2階呼吸器外来前」

東京慈恵会医科大学附属柏病院

がん相談支援室・緩和ケア室
(がん相談支援センター)

☎04-7167-9739（直通）

- 受付時間：午前9時から午後4時まで
※月曜日から土曜日（祝日除く）
※土曜日は窓口相談のみ
- 場 所：柏市柏下163-1
「1階放射線部受付前」

看護師・ソーシャルワーカー等が、面接や電話でのご相談に応じています。
その他、●市民公開講座の開催 ●患者交流会の開催 といった活動も行っています！

近隣のがん診療連携拠点病院

・松戸市立総合医療センター

場所：松戸市千駄堀993-1

☎047-712-2511

ク ラ ム 1

ちょっと相談してみませんか？

「がん相談支援センターってどんなところ？」と思われるかたも多いのではないのでしょうか？
がん相談支援センターでは、診断や治療について判断することはできませんが、専門のがん相談員が、患者さんや家族の情緒的な支援や情報提供者として、がんになっても、安心して生活を送れるようお手伝いをいたします。

Aさんはがん相談支援センターを訪問し、相談員に今の気持ちや疑問なことをお話しし、足りない情報を収集することで、手術・術後生活へのイメージが付き、最後は手術への意思決定をしました。現在は仕事にも復帰され、自分らしい生活を営んでいます。

仕事を休む日が
続いているため、
仕事を辞めようか
迷ってる

セカンドオピニオンは
どこで受けられるの？



1人で悩まず、お気軽に「がん相談支援センター」へご相談ください。

東京慈恵会医科大学附属柏病院 がん相談支援室・緩和ケア室（がん相談支援センター）

千葉県がん診療連携協力病院

千葉県では、県民が身近な地域で質の高いがん医療を受けられるよう、がん診療連携拠点病院に準じるがん診療を行っている病院を「千葉県がん診療連携協力病院」として指定しています。かかりつけ医等との連携強化、がん診療水準の向上などを図っています。

各病院に
通院・入院中の
患者さんと、その家族の
相談に応じて
います。



看護師・ソーシャルワーカー等が、面接や電話でのご相談に応じています。

近隣の千葉県がん診療連携協力病院（R6.3.31現在）

・千葉西総合病院（胃がん・大腸がん・肝がん）	場所：松戸市金ヶ作107-1	☎047-384-8111
・新松戸中央総合病院（胃がん・大腸がん・肝がん）	場所：松戸市新松戸1-380	☎047-345-1111
・新東京病院（胃がん・大腸がん）	場所：松戸市和名ヶ谷1271	☎047-711-8700
・小張総合病院（胃がん・大腸がん）	場所：野田市横内29-1	☎04-7124-6666

千葉県がん・生殖医療相談支援センター

がん治療等を受ける小児・AYA世代の患者さんの妊孕性（妊娠できる力）について、患者さんご家族からの相談やがん治療を提供する医療機関への情報提供等を行っています。

病院の
受診歴がないかた
でも、気軽に利用
できます。

千葉県がん・生殖医療相談支援センター（R6.3.31現在）

・千葉大学医学部附属病院	場所：千葉市中央区亥鼻1-8-1	☎043-226-2749
--------------	------------------	---------------

電話・面接相談窓口

日本対がん協会

相談料は無料ですが、電話代はご負担ください。

がん相談ホットライン

☎03-3541-7830

- 看護師・社会福祉士が患者さんやご家族、友人等からのがんに関する相談に応じています。
- 受付：毎日（年末年始除く）
午前10時～午後1時
午後3時～午後6時
- 電話相談（予約不要）
- 相談時間：原則20分

社会保険労務士による就労相談

- 職場への伝え方や、利用できる制度、経済的なサポートが自分に適用されるかなど、ぜひご相談ください。
- 電話相談（予約制）
- 相談時間：40分

予約はこちらから⇒



専門医による電話・面接相談は休止中です（R5.12月末時点）
最新情報はホームページでご確認ください。

https://www.jcancer.jp/consultation_and_support/doctor_soudan



がん哲学外来

相談料は無料です。

「がんの悩みを病院の外で心おきなく話したい」がん患者、経験者、ご家族のための対話の場です。
ゆっくり語り合いませんか。

- 開催日：月1回程度（完全予約制：お問合せください）
- 場 所：柏地域医療連携センター
- 申込み・問い合わせ先：NPO法人ホップ・ステップ・ハッピー（☎04-7143-4005）

治療を受けながら働き続けることを不安に思っているかたへ

早期発見と治療方法の進歩により、多くのがんの生存率は向上しており、働いているかたのうち約7割は、治療と仕事を両立しながら同じ職場に復帰していると言われていています。仕事を続けることは生きがいにもつながりますので、辞めてしまう前に、まず相談してみましょう。

⇒「治療と仕事の両立支援」相談先は、8ページをご覧ください。

がん、脳卒中、糖尿病、その他の難病と診断されたあなたへ



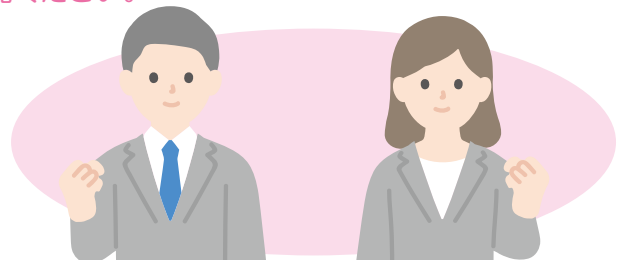
治療と職業生活の両立で悩んだら、
専門家にご相談ください。

あなたと会社（事業者・人事労務担当者など）との間の調整は、医療機関（主治医）とも連携して支援いたします。

相談は無料

仕事をやめる必要はありません！

- 治療を受けながら仕事を続けることが可能です。
- 働き続けることは生きがいにもなります。
- 治療にあわせた働き方を、私たちと一緒に考えていきましょう。



お勤め先の
産業保健スタッフ

産業医、保健師等

がん診療連携拠点病院
がん相談支援センター

ソーシャルワーカー、
社会保険労務士、看護師等

国立がん研究センター東病院「LIFE支援センター」

女性がん患者さんが「その人らしい生活」を送れるよう最適な医療とサポートを提供するため、「LIFE支援センター」が設置されています。また、「AYA看護外来」では、AYAがん患者さんの治療の影響による悩みや、ご希望など丁寧に面談をして把握します。



さまざまな相談に多職種で対応しています。

- 遺伝カウンセリング
- 妊孕性（※1）の相談・対応
- 脱毛など治療に伴う外見の変化の相談・支援
- リンパ浮腫を含みリハビリテーションの必要性の評価と対応
- 治療と仕事や育児との両立
- AYA世代（※2）のがん患者さんや子供のサポート など

（※1）妊孕性（にんようせい）とは

妊孕性とは、妊娠する力のことです。がんの治療によって、男女とも、妊孕性が低下することがあります。妊孕性に関する不安や疑問は、未婚・既婚を問わず、治療を始める前に確認しておくことが大切です。患者さんの配偶者やパートナーも含めての相談を受け付けています。

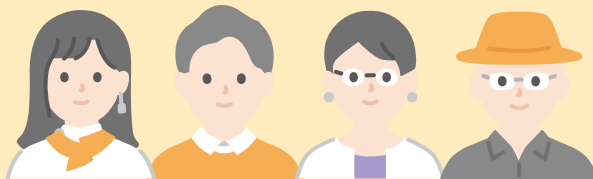
（※2）AYA世代とは

Adolescent&Young Adult（思春期・若年成人）の略で、15歳から39歳の患者さんがあてはまります。

コラム 2

アピランスケアを知っていますか？

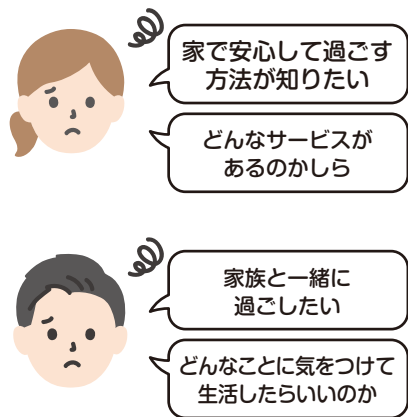
がんの治療には手術・放射線療法・薬物療法などがあります。治療を行うことによって、髪の毛が抜ける、爪や皮膚の色、手術の傷跡など外見に変化が生じることがあり、そのことで「人の目が気になって、外出する機会が減ってしまった」「自分らしくないと感じてしまう」「人と会う自信がない」などと悩んでしまうことがあります。がん相談支援センターでは、治療中はもちろん、治療前からこのようなアピランスについての悩みを伺い、社会とつながりを持ちながら安心した生活を送れるよう、具体的なケア方法や気持ちの支援を一緒に行っています。



東京慈恵会医科大学附属柏病院 がん相談支援室・緩和ケア室（がん相談支援センター）

2 自宅での生活や療養に関すること

様々な分野の専門職が必要な時にご自宅にお伺いし、在宅での生活をサポートします！



柏地域医療連携センター

柏地域医療連携センターは、在宅医療を含めた地域医療を推進する拠点施設で、柏市が運営する総合相談窓口があり、在宅医療に関する相談及び在宅医療における専門職の調整に関する相談に応じ、市民の皆様が安心して療養生活を過ごせるように支援しています。



柏市役所地域医療推進課 ☎04-7197-1510

柏市ホームページはこちら↓

総合窓口
1階

- 機能1 在宅医療や介護に関する相談・在宅医療に関する市民向けの啓発
- 機能2 在宅医療が必要な方へ医師等の専門職の調整に関する相談支援
- 機能3 医療と介護の多職種連携推進のための研修会や会議の開催

[https://www.city.kashiwa](https://www.city.kashiwa.lg.jp/nokenkenkn/za)



wa.lg.jp/nokenkenkn/za/itaku/index.html

2階

- 柏市医師会 ☎04-7128-5551 病院、訪問診療等の情報
- 柏歯科医師会 ☎04-7147-6500 訪問歯科診療等の情報
- 柏市薬剤師会 ☎04-7142-7376 在宅受入薬局等に関する情報

オストメイト対応トイレ

市では、ストーマ（人工肛門、人工膀胱）を造設したかたに対するバリアフリーの一環として、市役所やウェルネス柏などの公共施設にオストメイト対応トイレを設置しています。

設置している公共施設➡



その他設置場所（日本オストミー協会ホームページ）➡



介護サービス

介護保険

介護保険の被保険者で、介護認定を受けられたかたは、1割、2割又は3割の自己負担で介護度に応じたサービスを受けることができます。サービスを利用するときは、ケアマネージャーが様々な調整をします。

- 対象 ● 65歳以上のかたが、要介護・要支援認定を受けた場合
● 40歳～64歳までのかたが、介護保険で定められている
特定疾病により介護が必要となり、要介護・要支援認定を受けた場合
問い合わせ先 ● 柏市役所高齢者支援課 認定審査担当 (☎04-7167-1134)
介護サービス担当 (☎04-7167-1135)



介護保険を使って 利用できるサービス

- 訪問介護、訪問入浴、訪問看護
- デイサービス、デイケア
- 福祉用具の購入・レンタル、住宅改修
- 短期入所、施設入所など

若年がん患者在宅療養支援事業

※柏市独自事業

がんと診断された40歳未満のかた（がんの根治を目的とした治療を行わないかた）が、住み慣れた自宅で自分らしく安心して日常生活を送れるよう、在宅療養生活に要する費用の一部について支給します。

問い合わせ先 ● 柏市役所健康政策課 (☎04-7167-1171)

子育て中のかたが利用できるサービス

保育園等

病気の治療のための通院・入院等により、お子さんの保育ができないときは、事前にご相談ください。

問い合わせ先 ● 柏市役所保育運営課／保育アシストコール (☎04-7168-1042)

かしわファミリー・サポート・センター

※費用がかかります。

保育園、幼稚園、小学校及びこどもルームの開始時間前や終了時間後の預かり、保育施設への送迎等を行っています。※事前の会員登録が必要です。

対象年齢 ● 生後6か月～小学校6年生まで

問い合わせ先 ● 柏市社会福祉協議会 (☎04-7190-5225)



治療により外見変化のあったかたが利用できるサービス

がん患者ウィッグ等購入費等助成事業

※柏市独自事業

がん治療による外見変化があったかたの精神的及び経済的な負担の軽減や生活の質の向上を図り、社会生活を支援するため、補整具（ウィッグ・胸部補整具・エピテーゼ）の購入またはレンタル費用の一部を助成します。

問い合わせ先 ● 柏市役所健康政策課 (☎04-7167-1171)

生活を支援するサービス

あいネット

☎04-7165-8707

「困ったことがいろいろあって何から手をつければよいのか？」例えば、生活のこと、経済的な心配などの困りごとの相談をお受けします。（相談料無料）

民間のたすけあいサービス

「体調が優れないので家事が思うようにできない」「外出が大変で買い物に行けない」「通院が大変」「病院が遠くて家族が宿泊に困っている」等のご心配やご不安に対応します。

たすけあいサービス等団体一覧

1) 市内全域・複数コミュニティエリアの団体

令和5年6月現在

基本情報			支援内容										
団体名	連絡先	主な活動エリア	ゴミ回収	草取り	枝落とし	掃除	買い物	洗濯	調理	衣替え	話相手	外出付添	その他
たすけ合いの会シニアハウス柏	04-7133-3003	市内全域	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
タイムストック柏の会	090-9678-5792	市内全域	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
パーソナルアシスタンス遊民	090-4593-2651	市内全域									■	■	・入院中の支援 ・旅行付添
住まいるへるぶ	04-7174-8301	市内全域		■	■								・手すり取り付け ・家具の移動・障子・網戸張替え
NPO法人ホスピケアを広める会在宅サポート・さくら	04-7163-0634	市内全域	■			■	■	■	■		■		・在宅での看護・介護・見守り ・アロマトリートメント
NPO法人 いしすえ	04-7190-1428	市内全域				■	■	■	■	■		■	・軽度の身体介助
柏ひまわり会	090-8318-2157	市内全域	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	・庭木剪定、ペットの散歩 ・障子・網戸張替え 他
認定NPO法人コミュニティケア街ねっと柏センター	04-7170-0939	市内全域	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	・病院の付き添い ・ペットの世話
花いちりん柏	04-7148-7677	市内全域	■	■	■	■	■	■				■	・高齢者の為の整理片付け作業
暮らしの支援・えんがわ	080-8081-7569	市内全域		■		■	■	■	■			■	
たすけあいSOS	080-9694-0421	市内全域	■			■	■	■	■	■		■	・入退院の支援 ・産前産後支援 他
コープみらいくらしのたすけ合いの会「おたがいさま」	0800-500-2647	市内全域	■	■		■	■	■	■	■	■	■	・育児支援 ・通院同行 他
さわやかサービス	04-7197-6400	市内全域	■	■		■	■	■	■	■	■	■	・産前産後支援
S L F ガーデンサポート	080-4058-1313	市内全域		■	■								・原則庭木の剪定
みちくさ生活サポート ささえ〜る	04-7138-5032	市内全域		■		■	■	■	■	■	■	■	・認知症の人の見守り

※詳細は各団体へご確認ください。

2) コミュニティエリア・町会等エリアの団体

コミュニティエリアや町会等を主な活動エリアとしている団体もあります。
利用料金は1時間あたり1,000円前後で、他に入会金や年会費が必要になる場合があります。
また、サービス内容については、各団体により異なりますので直接お問合せください。

社会福祉協議会 ☎04-7163-1200

3 仕事と治療を両立したい

「治療と仕事の両立支援」相談窓口

千葉県産業保健総合支援センター ☎043-202-3639

受付：平日午前9時～午後4時

千葉ろうさい病院 医療相談室 ☎0436-74-1111

受付：平日午前8時30分～午後12時30分



「賃金、解雇、労働時間」に関する相談

柏労働基準監督署（柏労働相談コーナー） ☎04-7110-7971

住所：柏市柏255-31

「お仕事探し」に関する相談

ハローワークプラザ柏 ☎04-7166-8609

住所：柏市柏4-8-1 柏東口金子ビル3階

松戸公共職業安定所 ☎047-367-8609

住所：松戸市松戸1307-1 松戸ビル3階



国立がん研究センター東病院がん相談支援センター ☎04-7134-6932

（ハローワーク出張相談／第1・第3木曜日）

住所：柏市柏の葉6-5-1

クイズ 3

仕事とがん治療を両立のために ～よくある誤解と事実～

Q：がんは重症の病気で、就労は難しいのでしょうか？

A：医療の進歩により、がん＝（イコール）死という時代ではなくなってきています。今はがんになったかたのうち62.1%（2006-2008年にがんと診断された患者）のかたが5年以上の生存を実現しています。がんになった後も、仕事を続けられる可能性があるということです。

Q：がん治療を受けながら職場復帰した人はほとんどいない？

A：がんの診断がついた時点で働いていた人のうち、治療後も同じ職場に復帰した人が約70%近くを占めていることが、厚生労働省の研究班の調査（2012年）で明らかになりました。なお、よりスムーズな職場復帰のためには、治療により出ている副作用対策として、変則的な休憩が必要な場合や通院がしやすい勤務体制を組むなど、会社側の協力が必要不可欠です。患者さん自身も、ご自身が受ける治療に要する時間や、その治療により出てくる副作用が職務内容にどのような影響をもたらすのか等、事前に医療者から情報収集したうえで、早めに会社の関係者と情報共有するようにしましょう。

Q：仕事の相談は、会社やハローワークでないとできない？

A：医療機関でも相談が可能です。がん診療連携拠点病院のがん相談支援センターでは、がん専門相談員が患者さんの仕事と治療の両立に関する相談に対応することが義務付けられています。主治医や会社関係者との橋渡しを行ったり、状況によっては、院内外の社会保険労務士等、労働問題の専門職との連携を取りながら支援を行っています。患者さん自身が仕事を辞めるという決断をする前に、一度立ち止まって、まずは、ご相談いただければと思います。

国立研究開発法人国立がん研究センター東病院
サポーターケアセンター／がん相談支援センター

医療費のことが心配

医療費の支援

高額医療費制度

1カ月に支払った医療費が自己負担限度額（※1）を超えたとき、申請により、その超えた額が支給される制度です。保険医療機関に「限度額適用認定証（※2）」を提示することにより、月ごとの窓口での保険適用に係る支払いは自己負担限度額が上限となります。

- （※1）年齢・所得により異なります。
- （※2）事前に申請が必要です。

弾性着衣購入の療養費申請

リンパ浮腫治療のための弾性着衣の購入費の一部が療養費として支給されます。

- 問い合わせ先
 - ・社会保険のかたは、加入している健康保険組合等へ直接
 - ・柏市国民健康保険・千葉県後期高齢者医療制度のかたは柏市役所保険年金課
(☎04-7191-2594)

医療費の控除

確定申告による控除

1年間に一定以上の医療費の自己負担があった場合に、税金を軽減します。医療費控除を受けるには、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。

- 申告期間：所得税の確定申告期間
- 問い合わせ先
 - ・柏税務署
(☎04-7146-2321)

小児がん医療費の支援

小児慢性特定疾病医療費助成制度

がん等、厚生労働大臣の定める小児慢性特定疾病基準に該当する18歳未満のお子さんに対して、医療費の一部が助成される場合があります。申請にあたっては、医療意見書の添付が必要となりますので、主治医と相談の上、申請をご検討ください。

- 問い合わせ先
 - ・柏市役所地域保健課
(☎04-7167-1257)

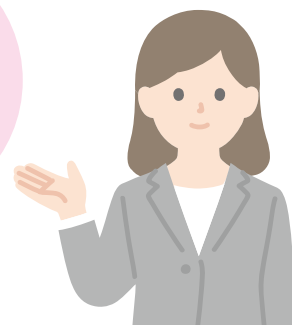
妊孕性温存療法の支援

千葉県小児・AYA世代のがん患者等の妊孕性温存療法促進事業

将来、子どもを産み育てることを望む小児・AYA世代のがん等の患者さんが希望をもってがん治療等に取り組めるように、子どもを出産することができる可能性を温存するための妊孕性温存療法及び温存後生殖補助医療に要する費用の一部を助成します。

- 問い合わせ先
 - ・千葉県庁健康づくり支援課
(☎043-223-2402・2686)

詳しくは
ホームページを
ご確認ください。



生活費のことが心配

病気で重度の障害が残っている

身体障害者手帳による助成や支援

病気やけがで一定の障害が残り、日常生活に制限を受ける場合に申請ができます。交付された身体障害者手帳の等級や年齢に応じて、様々な障害福祉サービスを受けることができます。税金の控除や減免、公共交通機関運賃の割引、日常生活用具（人工肛門・人工膀胱等の装着等）の助成等があります。

- 問い合わせ先
・ 柏市役所障害福祉課
(☎04-7167-1136)

障害年金

(障害基礎年金・障害厚生年金・障害共済年金)

病気やけが等により障害者となり、日常生活に制限を設ける状態になった時に支給される年金です。人工肛門造設や咽頭摘出術を受けたかた、がん等の場合も受給できることがあります。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、障害厚生年金などは1～3級まであります。

- 問い合わせ先
・ ねんきんダイヤル
(☎0570-05-1165)
・ 松戸年金事務所
(☎047-345-5517)
・ 街角の年金相談センター柏
(☎04-7160-3111)

生活費を借りたい

貸付制度

所得の低い世帯を対象に、生計の維持が困難になった時に一時的に資金をお貸しする福祉資金貸付制度と、用途別に貸付対象や限度額の設けられた生活福祉資金貸付制度があります。資金ごとに要件が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

- 問い合わせ先
・ 柏市社会福祉協議会
(☎04-7163-1234)

病気休業中の生活費保障

傷病手当金

会社員や公務員などが療養のために労務に服することができないときに、生活を支えてくれる制度です。給料がもらえない場合等に、ある程度の収入を保証します。支給期間や対象条件は加入している健康保険によって異なります。

- 問い合わせ先
加入している健康保険の保険者または組合

生活保護を受けたい

生活保護

病気で働けなくなったり、さまざまな事情から生活費や医療費に困っている世帯に対し、その程度に応じて国の定めた基準に基づき、生活保護費として支給を行い、最低限度の生活を保障するとともに、一日でも早く自分たちで生活できるように支援する制度です。

- 問い合わせ先
・ 柏市役所生活支援課
(☎04-7167-1138)

介護サービスを使いたい

介護保険による助成や支援
柏市若年がん患者在宅療養支援事業



詳細は6ページをご覧ください。

外見ケア用品を購入したい

がん患者ウィッグ等購入費等助成事業



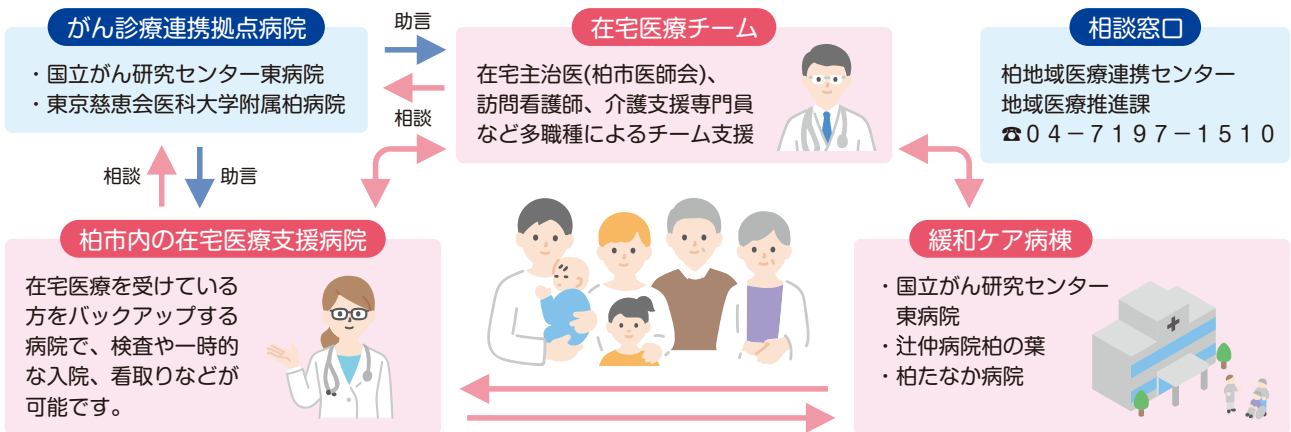
詳細は6ページをご覧ください。

5 緩和ケアについて ～診断された時から看取りまで～

「緩和ケア」とは、重い病を抱える患者やその家族一人ひとりの身体や心などの様々なつらさをやわらげ、より豊かな人生を送ることができるように支えていくケアのことです。

～この文章は、日本緩和医療学会が作成した「市民に向けた緩和ケアの説明文」です～

柏市では、緩和ケアを専門的に受けることができる「緩和ケア病棟」、在宅医療を支える「在宅医療チーム」と「支援病院」、相談窓口である「柏地域医療連携センター」が連携し、患者さんやそのご家族を支えます。また、専門的な立場の「がん診療連携拠点病院」が相談を受け、助言を行う体制も整えています。



コラム 4

在宅緩和ケアを体験して

私は世界で一番大切な人を、胃がんで亡くしました。その彼が最後に選んだ自分の居場所は、大好きな家族がいる自宅でした。しかし、彼の望みを叶えるために、何から始めれば良いのかわからず、まず、通っていたがんセンターの相談窓口で聞いてみることに。すると、数時間後には、自宅に出向いてくれる医師・看護師、色々なことが一気に決まりました。私は翌日から自宅で彼を看とるための準備をし、形は整い、あとは残りの時間を家族で過ごし、彼に寄り添う。とても美しいことに見えますが、この選択も現実も、辛いことや悲しいこともあります。しかし、12歳と10歳の娘にも全てを見てもらい、そして受け入れてもらう。命を考え、大好きな父親とどんな姿であれ、一緒に過ごして欲しかった。人は『大変ね!』と言うけれど、我が家では、日一日、死へ近づいている日々とは思えないほどの、とても穏やかで普通の日常、そしてそこには、愛しい夫婦の最後の時間がゆったりと流れていました。しかし、その時はきてしまいました。それはとても自然の流れの中での出来事でした。娘達も当たり前を受け止め、取り乱すこともなく、「やっと、父ちゃんラクになれたね。」と。皆、やりきったのだと思います。最期というものは、本人にとっても、残される家族の未来のためにも、とても大事な時間だと思います。私も、きっと彼も、在宅という形にして良かったと、心から思います。(柏市在住、40歳代女性)

6 役立つ情報一覧①

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、会によっては患者さんのためのさまざまなプログラムも用意しています。

柏市周辺の患者会情報

患者会名	連絡先	活動日	活動場所	対象
東京慈恵会医科大学附属柏病院 「慈恵Aloha (あろは) 会」	04-7167-9739	第2木曜日 (日程要確認)	院内・WEB	がん全般 (院内・院外の患者・家族)
国立がん研究センター 東病院 各種患者教室	04-7134-6932	ホームページ参照(※1)	院内・WEB	がん全般 (院内・院外の患者・家族)
松戸市立総合医療センター がん患者家族「集いの場」	047-712-2511	未定	未定	がん全般 (院内・院外の患者・家族)
松戸市立総合医療センター オストメイトの集い	047-712-2511	未定	未定	人工肛門・人工膀胱 の患者・家族
オストメイト友の会 「柏新生会」	04-7191-0169	年4回定例会	ラコルタ柏 (教育福祉会館) 2階	人工肛門・人工膀胱 の患者・家族
麻の実会	04-7182-7240	隔月第1水曜日午後 (会場の都合で変更の場合あり)	我孫子市けやきプラザ	がん全般
がんサポートコミュニティ 柏サポートグループ	03-6809-1825	第2・第4火曜日 14:00~15:30	柏の葉アーバンデザインセンター (UDCK) プロジェクトハウス(※3)	がん全般
ウイメンズブレイクタイム	080-3608-1628	不定期 ホームページ参照(※2)	パレット柏など	女性がん患者

(※1)

国立がん研究センター
東病院 各種患者教室
ホームページ⇒



(※2)

ウイメンズ
ブレイクタイム
ホームページ⇒



(※3)

令和5年4月以降、活動場所が変更
となる可能性があるため、参加希望
の場合は事前にご連絡ください。
(☎03-6809-1825)

2 グリーフケア

グリーフケアとは、大切な人をなくされて、大きな悲嘆(グリーフ)を感じているかたへのサポートのことです。また、グリーフケアの技法はターミナル期の患者さんやそのご家族のかたにとっても有効です。

★認定NPO法人とうかつ・生と死を考える会 ※柏市内外7ヶ所で月8回「痛みの分かち合い」の会を開催。
柏グリーフケア・センター (柏市南柏1-5-14南柏会館7階) ☎04-7141-2440 ✉mitsui@grief-care.com

痛みの分かち合いの会(グリーフケア)とは

認定NPO法人とうかつ・生と死を考える会ホームページ
<https://grief-care-kashiwa.amebaownd.com/>



「痛みの分かち合いの会(グリーフ・ケア)」は愛するご家族・ご友人など身近なかたを亡くされた方、喪失体験をしたかたたちの心の痛みを分かち合う会です。グリーフについて経験を積んだボランティアスタッフが個別またはグループで、つらく悲しいこと、誰にも話せないようなことをお聞きます。

何でも自由に話してください。亡くなるまでの様子・故人の思い出・医療現場で起こったこと・会社のこと・交友関係・兄弟姉妹のこと・親子関係のこと・葬儀のこと等なんでも結構です。話すことで心が癒されたり、問題が整理されたり、背負っていたものから自由になり気が楽になることがあります。また前向きな気分になり明日への活力がわくということもあります。

30年間にのべ6千人以上の方々、実質的には3千人以上の方々が続返し参加され、会場によりませんが、毎回5名~15名の参加があります。

また大切な人を亡くした子どもたちを対象とした「子どもグリーフサポートの集い」も行っています。

※特定の宗教団体や政治団体と関係なく進められています。安心してご参加ください。

役立つ情報一覧②

③ インターネットでがんに関する情報を知ることができます

国立がん研究センター
「がん情報サービス」



国立がん研究センター
希少がんセンター



(公財) 神戸医療産業都市推進機構
医療イノベーション推進センター
「がん情報サイト」



(公財) 日本対がん協会



(公財) 日本対がん協会
「がんサバイバー・クラブ」



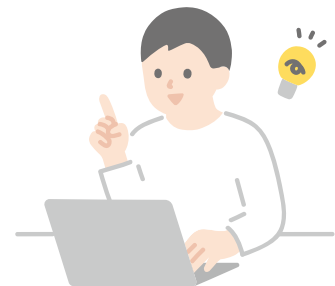
NPO法人日本緩和医療学会
「緩和ケア.net」



千葉県がん情報 ちばがんナビ



千葉県がん情報 ちばがんナビ
小児がん拠点病院について



④ 書籍から情報を収集することもできます

「患者必携 がんになったら手にとるガイド」

○編著：国立がん研究センター がん対策情報センター ○発行：学研

※なお、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」のホームページ
(https://ganjoho.jp/public/qa_links/hikkei/hikkei02.html) では、無料で閲覧とダウンロードが可能です。



災害時医療について

柏市では、今後起こりうる災害に備えるため、柏市地域防災計画で医療・救護活動等を定めているほか、柏市災害医療検討会を開催し、災害時における救護活動や情報連携方法などの具体的な対策について、検討を進めています。

ご自宅でも、薬や在宅医療機器などの治療に関する情報と、主治医などの緊急時連絡先がすぐわかるよう、情報を一ヶ所にまとめておきましょう。

コラム 5

がんになっても、あきらめない！

私の妻は現在48歳。36歳で乳がんになり、片胸の1/4程切除しました。当時は年齢も若かったので、がん細胞も若さに便乗するのではと再発に怯えたものでした。しかし側に寄り添う者としては、一緒に怯えてはいけないと思い、弱った妻を叱咤激励しつつ、妻の趣味のテニスと一緒に没頭。さらに、アウトドア好きな我が家はスキー、キャンプ、登山等、自然からのパワーを貰い、とにかく人生を楽しみ、細胞から元気にしなくてはと、気持ちが元気になることを優先しました。

40もすぎて切願の子供は思うように授からなかったので、夫婦2人で「楽しむだけ楽しんで太く短く行こう」なんて冗談混じりに話していたのですが、47歳のある日、突然思いもよらず念願の女兒を自然妊娠にて授かりました。6/1000%の奇跡だそうで、夫婦2人今でも信じられないです。人生何があるかわからないものですね。意志あるところに道は開けると言いますが、正にそんな出来事のように思います。

妻の発病後、これで良いのか？と立ち止まる事も、沢山ありましたが、あれこれ悩みながらもネガティブにふけること無く人生楽しみ続けた結果、年甲斐もなく授かる事が出来たようにも思います。今となってはこの歳で子宝に恵まれた以上、何が何でも太く長く生きなくてはいけなくなりました。老後なんて言ってられません。今では夫婦2人で子供から絶大なパワーを貰って日々奮闘、父母娘共に明るく新しい人生のスタートです。(柏市に通院する患者さんの夫)

～おわりに～

柏市では「がんになってもその人らしく、住み慣れた地域で安心して暮らせること」を
.....
お手伝いさせていただくために、柏市内の相談窓口を中心に、サービスの提供者がわかる
.....
ように情報をまとめました。

.....
患者さんやご家族が困っていることや不安に思っていることに寄り添い、支えることの
.....
助けとなることを目指し、さまざまな制度や情報について、相談先を明記し、必要な情報
.....
にたどり着けるような「案内本」としてご活用いただきたいと思います。あなたやご家族
.....
のみなさまが安心して暮らせることにお役立ていただけましたら幸いです。
.....



作成協力機関 ●がん診療連携拠点病院
国立がん研究センター東病院
東京慈恵会医科大学附属柏病院
●柏市医師会

柏市民のためのがんサポートハンドブック

平成24年3月 初版発行
令和 6年3月 第12版発行
編集・発行／健康医療部健康政策課
〒277-0004 柏市柏下65-1ウェルネス柏
☎04-7167-1171
