

がん向き合うあなたとあなたの大切な方へ



がん相談支援センター

あきた がんサポート ハンドブック



あなたに寄り添うがん療養冊子



秋田県がん診療連携協議会
がん患者相談部会

がんと向き合う あなたとあなたの大切な方へ

この冊子を手に取っていただき、ありがとうございます。
いまや、がんはとても身近な病気です。がんと診断された時から、
多くの不安や喪失感を抱くことと思います。



少しでも前を向いて
歩めるように…

こころのサポートの
一助となれるように…

そんな思いを込めて作成しました。
あなたは決してひとりではありません。
一緒に考えていきましょう。

【病気や治療のこと】

- 1. がんと診断されたら、がん相談支援センターへ …………… P3
- 2. 県内のがん相談支援センター …………… P4
- 3. がんになったら、どんな治療があるの？ …………… P5
- 4. 治療の説明を受けるとき …………… P6
- 5. 診断から治療までのチェックリスト …………… P7
- 6. セカンドオピニオンについて …………… P8
- 7. がんところ …………… P9
- 8. 緩和ケア～がんと診断されたその時から始まる～ …………… P10
- 9. 小児・AYA 世代の方へ …………… P13
- 10. がんゲノム医療について …………… P15
- 11. 妊よう性温存治療について …………… P16

【治療費や制度など社会的なこと】

- 12. 医療費・生活費について～経済的負担を軽くする制度～ …… P18
- 13. 自分らしい生活を支えるサポーター …………… P23
- 14. 治療を受けながら働きたい …………… P25
- 15. アピアランス支援 …………… P27

【生活のこと】

- 16. がんに関する情報検索のポイント …………… P29
- 17. これからの暮らしを考えるポイント …………… P30
- 18. 秋田県内のがんサロン一覧 …………… P31
- 19. 各種情報へのアクセス …………… P33

1. がんと診断されたら、がん相談支援センターへ

● がん相談支援センターとは

がん専門相談員として研修を受けた看護師や医療ソーシャルワーカーなどが、病気や治療方法の一般的な説明から専門医療機関や助成制度の紹介、抱えている不安や悩みを一緒に考え療養生活についてお手伝いをさせていただきます。どなたでも相談可能であり、他の病院にかかっている方でもご利用いただけますので、お気軽にご相談ください。

● 利用するには？

面談・電話やメールで相談することができます。お待たせすることもありますので、あらかじめ日時をお約束することもおすすめします。

● 料金はかかるの？

相談料はかかりません。無料です。

● どんな相談ができるの？

例えば…

がんとはどんな
病気なの？



どんな治療が
あるの？

治療費が心配

これからの生活
仕事心配

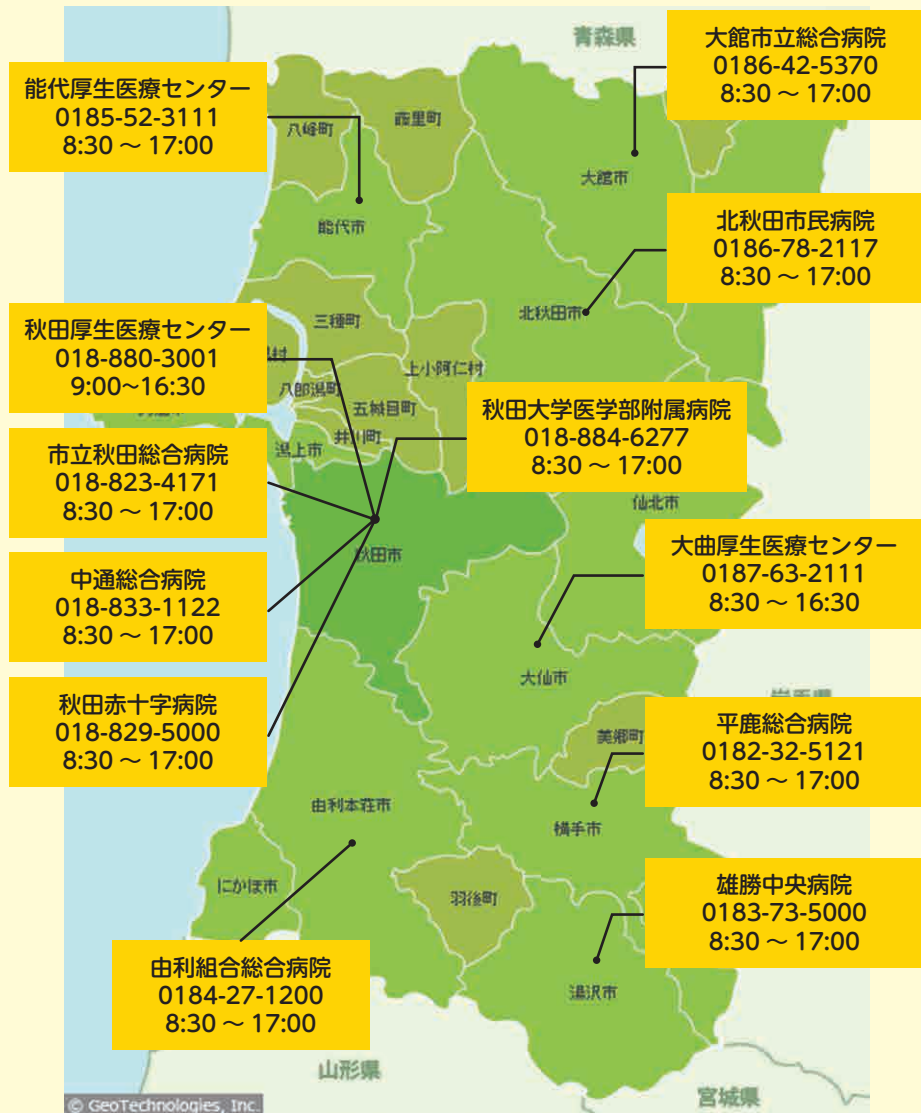
2. 県内のがん相談支援センター

※ 対応は月～金曜日（祝日除く）

※ 面談・電話やメールでも相談することができます。

詳しくは各病院の連絡先へお問い合わせください。

令和5年9月1日時点



3. がんになったら、どんな治療があるの？

手術（外科治療）

がんや臓器の悪いところを取り除くことを目的に行います。白血病などの血液がんは対象になりません。

薬物療法

化学療法（いわゆる抗がん剤による治療）・内分泌（ホルモン）療法・分子標的療法などがあります。

放射線治療

がんの部分に放射線をあてて治療します。放射線があたっても、痛みや熱を感じることはありません。身体の外側から放射線をあてる「外部照射」と内側からあてる「内部照射」があります。

免疫治療

免疫の力を利用してがんを攻撃する治療です。

https://ganjoho.jp/public/dia_tre/treatment/immunotherapy/index.html
〈国立がん研究センターがん情報サービス〉



精密検査の結果で
治療法を
相談していきます

研究段階の医療（臨床試験、治験など）

https://ganjoho.jp/public/dia_tre/clinical_trial/ct_summary.html
〈国立がん研究センターがん情報サービス〉



4. 治療の説明を受けるとき

よく耳にする患者さんの声

- ・説明内容が難しい
- ・頭が真っ白になって、覚えていない
- ・何を聞いたらいいのか分からない

説明前に準備しましょう

1. 気になること、心配なこと、聞きたいこと、自分が思っていることを書き出してみましょう
2. 説明の時に質問したい内容をまとめましょう

具体的な質問例

参考文献：重要な面談にのぞまれる患者さんご家族へ
(国立がん研究センター東病院精神腫瘍学開発部)

病気の進み
具合は？

今後どんな
症状が
起こる？

日常生活で
気を付ける
ことは？

どんな治療
があるの？

どのくらい
生きられるの？



5. 診断から治療までのチェックリスト

がんの
診断

診断から治療まで段階的に
理解することが大切です

病状の
理解

- ☐ 病気についての説明が理解できた
- ☐ 検査の内容、予定が理解できた
- ☐ 疑問や不安なことを医療者に尋ねることができた

治療の
選択

- ☐ 治療の目的、効果・副作用が理解できた
- ☐ 信頼できる情報を集めることができた
- ☐ 治療法を納得して選択できた

治療の
準備

- ☐ 治療開始後の予定が理解できた
 - ☐ 周囲の人に伝えておくことを整理できた
 - ☐ 治療にかかる費用の目安が理解できた
 - ☐ 保険や各種制度の手続きが理解できた
- (医療保険や各種制度については医療ソーシャルワーカーに相談できます)

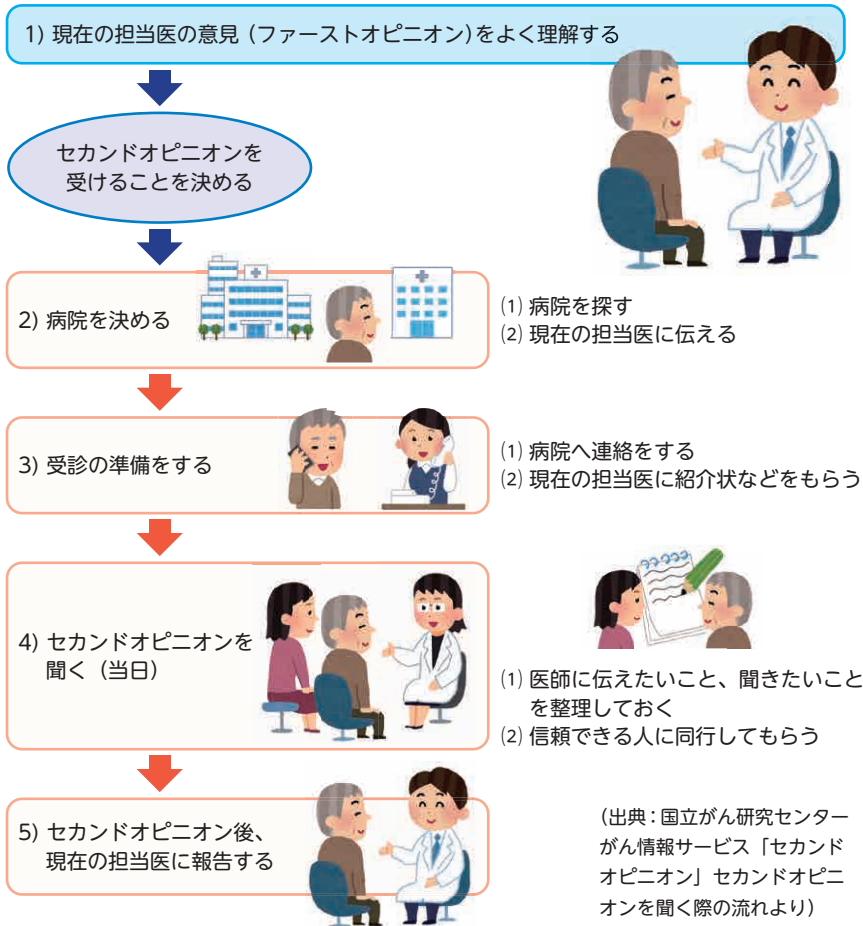
治療
開始

これからの人生を豊かにする
ために納得して治療にのぞむ
ことが大切です

6. セカンドオピニオンについて

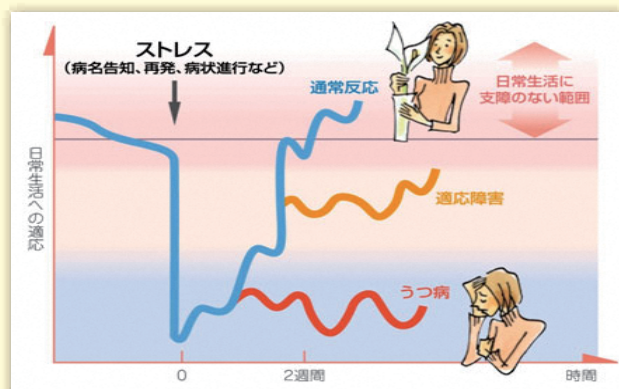
セカンドオピニオンとは、診断内容や治療に関して、主治医とは違う医師に意見を求めることです。その意見や判断を、患者さんがご自身の治療に際しての参考にさせていただくことが目的です。新たな検査や治療は行いません。患者さんからのお話や主治医から提供を受けた検査等資料の範囲で判断をすることになります。

提供された意見を参考にし、今後の治療方針の選択や決断に役立て、主治医の元で治療を続けるのが一般的です。セカンドオピニオンは健康保険が使えません。すべて自費負担になります。費用についても、受診希望の病院へ確認しておきましょう。



7. がんところろ

● がんと告げられて、不安で落ち込むのは自然なこと



否認や怒り
絶望
無力感
受容
希望

葛藤しながら
前に進んでいます

(出典：国立がん研究センターがん情報サービス「がんと療養」シリーズ「がんと心」より)

ひとりで悩まずに困っていることや不安なことなどを
ご家族や友人、信頼できる人に話してみましょう



病院内でがんについての
冊子を無料で配布しております

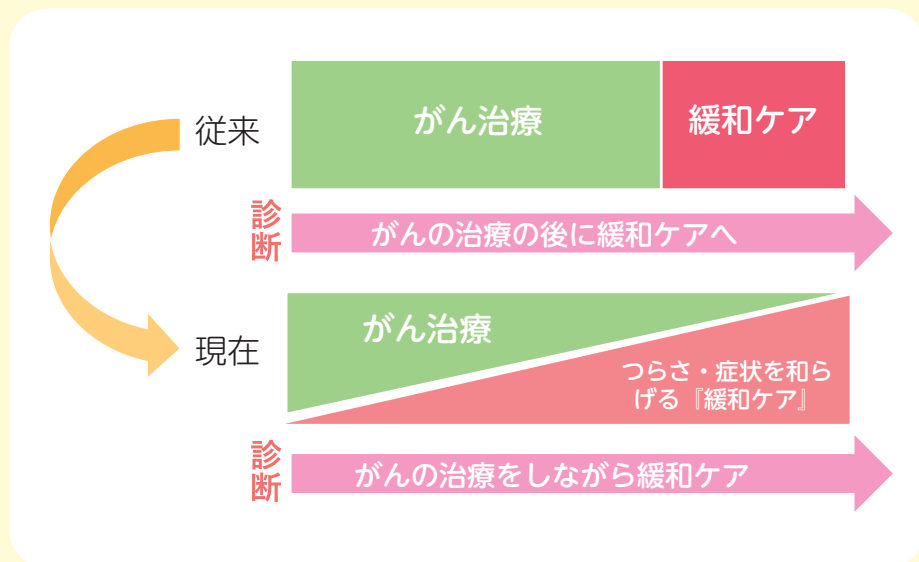


少しでも笑顔でいられるように
がん相談支援センター
がお手伝いします

8. 緩和ケア～がんと診断されたその時から始まる～

緩和ケアとは

がんと診断された時から、がんに伴う体と心のつらさを和らげて、生活の質を上げ、その人らしさを大切にして支えるという考え方が緩和ケアです。



つらい症状を和らげながら患者さん本人やご家族がいつでもどこでも「自分らしく」日々を過ごすことを支えます。

基本的には担当の医師や看護師から緩和ケアを受けますが、緩和ケアの専門的な知識をもつ医師や看護師から緩和ケア外来等で緩和ケアを受けることもあります。

どんなケアが受けられるの？

痛みや息苦しさ、吐き気など身体のつらい症状を伺い、対処方法を提案しています。また、気持ちのつらさや様々な悩みを伺い、つらさが和らぐように対応しています。

緩和ケア外来を受診したい場合など、まずは主治医や看護師にご相談ください。その他、緩和ケア外来について詳しい内容は各医療機関にお問い合わせください。

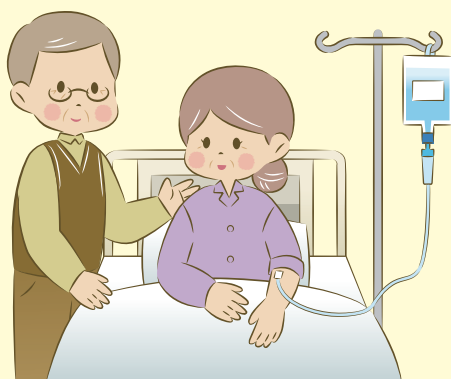
緩和ケア病棟・ホスピス

がんを治すことを目標にした治療ではなく、がんに伴うからだの症状やこころのつらさに対し、専門的な知識と技術に基づいたケアを提供します。一般の病棟とは異なり、できる限り日常生活に近い暮らしができるように配慮がされており、共用のキッチンなどが設けられている場合もあります。緩和ケア病棟・ホスピスでは、その人自身が大切にしていることを選ぶ自由と希望する過ごし方を尊重しており、入院での緩和ケアにより体や心のつらさが和らいだら、退院し自宅に帰ることもできます。

緩和ケア病棟・ホスピスについて話を聞きたい方は、担当医や看護師に相談しましょう。

緩和ケア病棟・ホスピスを有する病院

病院名	病院連絡先	病床数
外旭川病院	018-868-5511 ホスピス予約	34 床
市立秋田総合病院	018-823-4314 がん相談支援センター	15 床
大曲厚生医療センター	0187-63-2111 がん相談支援センター	13 床



MEMO

9. 小児・AYA 世代の方へ

小児がんについて

小児がんは、小児がかかるさまざまながんの総称です。一般的には15歳未満にみられるがんのことです。

がんの治療によって、これまでの生活に少なからず影響をもたらすことがあります。そのため、子どもは学校や友だちのこと、親は家事や仕事などに悩みが生じるかもしれません。もちろん、きょうだいや祖父母を含めた家族も悩むことがあります。悩みはひとりで抱え込まず、周りの力も借りながら、がんと向き合っていきましょう。大切なことは、信頼できる情報を集めることです。

小児がんについては、国立がん研究センター小児がん情報サービスで詳しい説明や検査や治療などについて掲載しています。



国立がん研究センター
小児がん情報サービス



学習支援について

小中学生で長期入院となる場合は、病院内（秋田大学医学部附属病院、大館市立総合病院）にある院内学級に転籍し教育が受けられます[※]。短期入院や高校生の場合は、主治医や在籍校を通じて「病弱教育サポートセンター（秋田きらり支援学校）」に依頼することで、病院を訪問しての相談支援や在籍校と連携した学習支援が受けられます。また、ニーズに応じて「病児学習支援ボランティア」による学習支援も受けられます。
※対象児童生徒が在籍していない場合は、開級までに一定の期間を要します。

秋田病児学習
サポートセンター
きらり☆



病児学習支援
ボランティア



AYA 世代のがんについて

AYA (Adolescent and Young Adult) 世代とは、15 歳から 39 歳までの思春期・若年成人の人たちを指す言葉で、がん医療においてよく用いられています。この世代の方は親からの自立や、就学、就職、結婚、出産など人生で大きな転換を迎える時期でもあります。そのため、このような時期にがんと診断されることは、心や身体に様々な影響を受けることがあります。

不安は抱え込まず、がん相談支援センターにご相談ください。

AYA 世代のがんに関する情報

20 歳代までの AYA 世代に多いがんの種類はまれなものが多く、がん全体としては患者数が少ないため、知りたい情報をなかなか得られないという場合もあります。AYA 世代でがんと診断された人に向けて、困ったときや悩んだときのために、知っておくと役に立つと思われる情報です。

がん情報サービス
AYA 世代の方へ



国立がん研究センター
中央病院
AYA 世代のがんについて



一般社団法人
AYA がんの医療と支援のあり方研究会
一緒に知ろう 共に語ろう AYA 世代のがんのこと

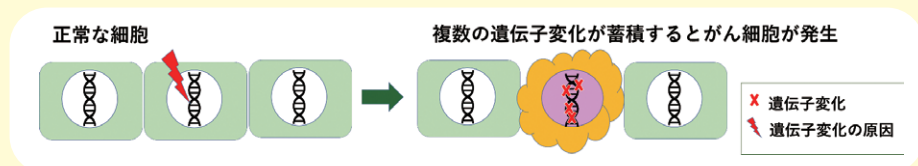


10. がんゲノム医療について

がんゲノム医療は、**がん細胞の性質**を特定して、より効果が高い治療薬を選択することで、患者さん一人ひとりにあった「個別化医療」を提供します。

がんの原因となる遺伝子とは

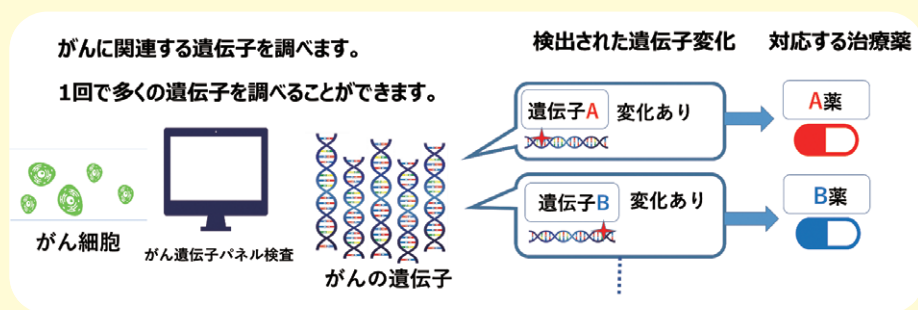
「がん」は主として後天的な遺伝子の傷（変化）が積み重なると生じます。



ヒトの遺伝子は約 2 万個と考えられており、がんと関係する遺伝子は数百種類あると言われています。

がん遺伝子パネル検査とは

がん細胞に起きている遺伝子の傷を調べ、遺伝子の傷の特徴から、効果が期待できる治療薬を検討していく検査です。



「がん遺伝子パネル検査」が保険適用となる方は決められています。検査の結果、薬剤の投与に至る割合は約 10% です。この検査が本当にあなたに役立つのか、必要なのか、検査を受ける際には、主治医とよく相談してください。

がん遺伝子パネル検査を受けられる病院

秋田大学医学部附属病院 がんゲノム診療センター
連絡先：018-801-7115



11. 妊よう性温存治療について

～妊よう性とは「妊娠する力」を意味します～

- がんなどの治療により、妊よう性が失われたり、低下したりすることがあります。
- 抗がん剤や放射線治療に伴い妊よう性に影響が及ぶ前に、卵子、受精卵、卵巢組織、精子を凍結保存し、将来、妊娠する可能性を残す治療（妊よう性温存治療）があります。



● 妊よう性温存治療を受けるまで

がんと診断され治療を受ける際、治療（薬物療法や放射線療法）が妊よう能（妊娠する能力）に影響があるかをがん主治医に確認

妊よう能が低下する可能性が考えられる場合
がん主治医から妊よう性温存治療について情報提供を受ける

妊よう性の温存を希望する場合は
できるだけ早く主治医にその希望を伝える

主治医からがんの治療前に妊よう性温存治療を受ける許可を得て
主治医もしくは関連病院の産婦人科を通じ
秋田大学医学部附属病院産婦人科（生殖医療外来）
を予約の上、早期に受診

生殖医療専門の担当医から説明を受け、妊よう性温存治療を受けるか否かを検討し、どのようにしたいかを決定する

生殖医療専門の担当医は、原疾患（がん）の病状をふまえ、
最善の方法を検討し提案・実施いたします

妊よう性温存治療の適応について

(秋田大学医学部附属病院 産婦人科の場合)

① 卵子凍結

- ・ がんなど悪性疾患の治療により卵巣機能の低下が予測される方
- ・ 満 40 歳以下の生殖年齢の方(未成年の場合、親権者の同意が必要です)
- ・ 性交歴がある方(経膈的な診察が必要なため)

② 卵巣組織凍結

- ・ がんなど悪性疾患の治療により卵巣機能の低下が予測される方
- ・ 原疾患主治医より手術に十分耐えられると判断された方
- ・ 満 40 歳以下の生殖年齢あるいは生殖年齢前の方(未成年の場合、親権者の同意が必要です)
- ・ 原疾患の寛解・完治が 45 歳以下に見込める方

③ 受精卵凍結

- ・ がんなど悪性疾患の治療により卵巣機能の低下が予測される方
- ・ 法的に結婚しているご夫婦
- ・ 年齢制限はありません

④ 精子凍結

- ・ がんなどの悪性疾患の治療により著しい精巣機能の低下が予測される方
- ・ 年齢は問わないが、精液採取が可能な方(未成年の場合、親権者の同意が必要です)

妊よう性温存治療に関する情報



秋田がん・生殖医療ネットワーク
(Akita Onco-Fertility Network : AOF-net)



秋田県小児・AYA 世代のがん患者等の
妊よう性温存療法費用等助成事業



がんを診断を受けたばかりで、将来子どもを授かることについて考えることは難しいかもしれません。しかし、妊よう性温存治療を行うかどうかに関わらず、適切ながん治療を受けてから妊娠・出産・子育てをしていくことが大切です。そのためにもパートナー・家族・がん治療医・生殖医療専門医と十分に話し合い、がん治療後の未来についても考えていきましょう。

がん相談支援センターでも相談をお待ちしています。

12. 医療費・生活費について

～経済的負担を軽くする制度～

がんの症状や状態により、継続的に治療費がかかる、今までと同じように仕事が出来ないなど、経済的な心配や課題が生じることがあります。安心した治療継続・療養生活を送ることが出来るように、患者さん・ご家族を支える制度についてご紹介します。

● 高額療養費制度

暦月（月の初めから終わりまで）で医療費（入院中の食事代・病衣・差額ベッド等は含みません）が自己負担限度額を超えた場合に、超えた金額の支給を受けることができる制度です（払い戻しまでは3か月程度かかります。）。

● 限度額適用認定証、標準負担額減額認定証

事前の手続きを行い限度額適用認定証を発行してもらうことで、窓口での支払いを自己負担限度額までにとどめることができます（各病院の担当者が認定状況の確認を行うことも可能です。詳しくは、各病院へお問い合わせ下さい。）。

※各手続きは、加入している医療保険（国民健康保険、協会けんぽ等）にお問い合わせください。

● 傷病手当金（※国民健康保険ではこの制度はありません）

被保険者が病気やけが等による療養のため、仕事を休み、給料を受け取れない場合、加入している健康保険から傷病手当金が支給される場合があります。

◆問い合わせ先：勤務先または加入している医療保険



● 障害年金

病気やけがによって一定の障害が残り、生活や仕事などが制限されるようになった場合に受給要件を満たせば、受け取れる年金です。病気やけがで初めて医師の診療を受けた時に国民年金に加入していた場合は「障害基礎年金」、厚生年金に加入していた場合は「障害厚生年金」が請求出来ます。

◆問い合わせ先：年金事務所、居住地の市町村年金担当課等

● 生活福祉資金貸付制度

必要な資金を他から借り受けることが困難な世帯（低所得世帯）、身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳の交付を受けた者の属する世帯、65歳以上の高齢者の属する世帯における、経済的自立や在宅福祉の促進を目的とした貸付制度になります。

◆問い合わせ先：居住地の市町村社会福祉協議会

● 生活保護

経済的に困窮している場合に、困窮の程度に応じて必要な保護を行い、国が定める最低限度の生活を保障する制度です。

◆問い合わせ先：居住地の市町村福祉課

詳しくは、
がん相談支援センターへ
ご相談ください



MEMO

【医療費の自己負担限度額】

< 70 歳未満の方の場合 >

令和5年10月時点

区分	所得区分	自己負担限度額	多数該当 (※ 1)
ア	標準報酬月額 83 万円以上	252,600 円 + (総医療費 - 842,000 円) × 1%	140,100 円
イ	標準報酬月額 53 万～ 79 万円	167,400 円 + (総医療費 - 558,000 円) × 1%	93,000 円
ウ	標準報酬月額 28 万～ 50 万円	80,100 円 + (総医療費 - 267,000 円) × 1%	44,400 円
エ	標準報酬月額 26 万円以下	57,600 円	44,400 円
オ	(低所得者) 被保険者が 住民非課税者等	35,400 円	24,600 円

※ 1 多数該当とは

直近 12 ヶ月以内に 3 回以上、限度額に達した場合は 4 回目から多数該当となり、自己負担限度額がさらに軽減されます。

自己負担額の世帯合算について

同月に本人や世帯員が複数の医療機関を受診した場合等は、自己負担額を世帯で合算できる場合があります。合算して限度額を超えた場合は、払い戻しを受けられる場合があります。詳しくはがん相談支援センターへお尋ねください。





【医療費の自己負担限度額】

< 70 歳以上 75 歳未満の方の場合 >

令和5年10月時点

自己負担	所得区分	自己負担限度額	
		外来 (個人ごと)	外来・入院 (世代)
3 割	現役並所得者Ⅲ (課税所得 690 万円以上)	252,600 円 + (総医療費 - 842,000 円) × 1% 〔多数該当 ^{※1} 140,100 円〕	
	現役並所得者Ⅱ (課税所得 380 万円以上)	167,400 円 + (総医療費 - 558,000 円) × 1% 〔多数該当 ^{※1} 93,000 円〕	
	現役並所得Ⅰ (課税所得 145 万円以上)	80,100 円 + (総医療費 - 267,000 円) × 1% 〔多数該当 ^{※1} 44,400 円〕	
2 割	一般課税所得 145 万円未満	18,000 円 (年間上限 144,000 円)	57,600 円 〔多数該当 ^{※1} 44,400 円〕
	住民非課税世帯Ⅱ	8,000 円	24,600 円
	住民非課税世帯Ⅰ		15,000 円

※ 1 多数該当とは

直近 12 ヶ月以内に 3 回以上、上限額に達した場合は 4 回目から多数該当となり、自己負担限度額がさらに軽減されます。

MEMO



【医療費の自己負担限度額】

< 75 歳以上の方の場合 >

令和5年10月時点

負担割合	所得区分	自己負担限度額	
		外来 (個人ごと)	外来・入院 (世代)
3 割	現役並所得者Ⅲ (課税所得 690 万円以上)	252,600 円 + (総医療費 - 842,000 円) × 1% 〔多数該当 ^{※1} 140,100 円〕	
	現役並所得者Ⅱ (課税所得 380 万円以上)	167,400 円 + (総医療費 - 558,000 円) × 1% 〔多数該当 ^{※1} 93,000 円〕	
	現役並所得Ⅰ (課税所得 145 万円以上)	80,100 円 + (総医療費 - 267,000 円) × 1% 〔多数該当 ^{※1} 44,400 円〕	
2 割	税課所得 28 万円以上	18,000 円 または 6,000 円 + (医療費 - 30,000 円) × 10% 低い方を適用 (年間上限 ^{※2} 144,000 円)	57,600 円 〔多数該当 ^{※1} 44,400 円〕
1 割	一般Ⅰ	18,000 円 (年間上限 144,000 円)	
	住民非課税世帯Ⅱ	8,000 円	24,600 円
	住民非課税世帯Ⅰ		15,000 円

※ 1 多数該当とは

直近 12 ヶ月以内に 3 回以上、上限額に達した場合は 4 回目から多数該当となり、自己負担限度額がさらに軽減されます。

※ 2 外来療法の限度額に関する配慮措置 (令和 7 年 9 月 30 日までの経過措置)

**医療費のことでお困りのことがありましたら、
がん相談支援センターへお尋ねください。**

13. 自分らしい生活を支えるサポーター

介護保険

介護保険サービスを利用するためには、市町村等から要介護認定を受ける必要があります。要介護認定の結果、要支援 1～2、要介護 1～5 と判定された方は、介護保険によるサービスの利用ができます。なお、介護保険サービスの利用に当たっては、要支援・要介護区分ごとに限度額が設定されています。

原則 65 歳以上の方を対象とした制度ですが、40 歳以上でがんと診断された方も要件に該当すると判断された場合には利用可能です。介護保険サービスにより様々なサービス提供が可能になるほか、多職種があなたの生活をサポートします。

(出典：秋田県ウェブサイト「美の国あきたネット」介護保険制度の概要 (1) 介護保険制度を利用するにはより一部抜粋)

患者さんの生活を支えるサポーター

訪問歯科医

歯科治療、口腔内のケアなどの相談に応じます

主治医（病院）

治療や体の状態に異変があったときに在宅医と連携のもと対応します

在宅医

定期的な訪問により痛みや症状の改善、コントロールを行います

ケアマネジャー

利用者の希望に沿ったケアプランを作成し、自宅療養を支える介護の総合相談窓口です



訪問看護師

医師との連携のもと点滴等の医療処置、療養の相談に対応します

ホームヘルパー

自宅に訪問し、入浴介助などの身体介護や買い物、掃除などの生活介護を行います

薬剤師

自宅に訪問し、お薬の効果や内服方法、副作用に関する相談に応じます

訪問リハビリ

理学療法士や作業療法士などの専門職が自宅訪問し、1対1でのリハビリ、身体動作などの相談に応じます

この他、介護保険サービスには、自宅療養を送るためのサービス以外にも施設入所サービスや福祉用具レンタルなどさまざまなサービスがあります。

詳しくはがん相談支援センターへご相談ください。

秋田県若年がん患者在宅療養支援事業

秋田県では、若年がん患者の方が住み慣れた自宅で最期まで自分らしく安心して日常生活を送ることができるよう、必要となる福祉用具の利用料の一部を助成します。

介護用ベッド・車いすなど福祉用具の利用をお考えの方は、ぜひご相談ください。

支援の内容

介護保険制度と同じ福祉用具のレンタル・購入費用の 9 割（生活保護受給世帯の場合は 10 割）を助成します。

※いったん費用の全額を立て替えて支払い、後日窓口で申請することによって払い戻しが受けられます。

サービスの区分	助成できる利用限度額（税込）	自己負担（※1）
福祉用具の貸付（レンタル）	1 月あたり 3 万円	1 割（最大 2 万 7 千円助成） ※1 生活保護受給者は最大 3 万円助成
福祉用具の購入	1 年あたり 10 万円	1 割（最大 9 万円助成） ※1 生活保護受給者は最大 10 万円助成

対象者（次のすべてに該当するがん患者の方）

- ・秋田県内にお住まいの 18 ～ 39 歳の方
- ・「介護保険の第 2 号被保険者が介護保険サービスを利用する場合と同等の状態である」と医師が判断した方
- ・在宅で生活するうえで、福祉用具の利用が必要な方
- ・ほかの制度の支援を受けることができない方

申請方法

がん相談支援センターへお問い合わせいただくか、秋田県公式ホームページ 美の国あきたネットをご覧ください。

美の国あきたネット
若年がん患者の方の
在宅療養を支援します



14. 治療を受けながら働きたい

がんの早期発見や治療法の進歩により、仕事を続けながら治療を受けることが可能になってきました。がんと告知され、すぐに退職を選択するのではなく、主治医や職場の上司、産業医に相談してみましょう。その他、県内ハローワークや秋田産業保健総合支援センター、がん相談支援センター（P4）等においても、治療と就労に関する相談を行っておりますので、お困りの際は、お問い合わせください。

県内ハローワーク一覧

機関名	所在地	連絡先	受付時間	管轄区域
ハローワーク秋田	秋田市茨島 1-12-16	018-864-4111	平日 8:30 ~ 17:15	秋田市、湯上市 南秋田郡
ハローワーク プラザアトリオン	秋田市中通 2-3-8 (アトリオンビル 3 階)	018-836-7820	火～木 9:00 ~ 17:15 月・金 9:00 ~ 18:30 第 2・4 土 10:00 ~ 17:00	秋田市など
ハローワーク男鹿	男鹿市船川港船川字新浜 1-3	0185-23-2411	平日 8:30 ~ 17:15	男鹿市
ハローワーク能代	能代市緑町 5-29	0185-54-7311	平日 8:30 ~ 17:15	能代市 山本郡
ハローワーク大館	大館市清水 1-5-20	0186-42-2531	平日 8:30 ~ 17:15	大館市
ハローワーク鷹巣	北秋田市鷹巣字東中岱 26-1	0186-60-1586	平日 8:30 ~ 17:15	北秋田市 北秋田郡
ハローワーク大曲	大仙市大曲住吉 33-3	0187-63-0335	平日 8:30 ~ 17:15	大仙市 仙北郡
ハローワーク角館	仙北市角館町小館 32-3	0187-54-2434	平日 8:30 ~ 17:15	仙北市
ハローワーク本荘	由利本荘市石脇字田尻野 18-1	0184-23-3421	平日 8:30 ~ 17:15	由利本荘市 にかほ市
ハローワーク横手	横手市旭川 1-2-26	0182-32-1165	平日 8:30 ~ 17:15	横手市
ハローワーク湯沢	湯沢市清水町 4-4-3	0183-73-6117	平日 8:30 ~ 17:15	湯沢市 雄勝郡
ハローワーク鹿角	鹿角市花輪字荒田 82-4	0186-23-2173	平日 8:30 ~ 17:15	鹿角市 鹿角郡

秋田産業保健総合支援センター

秋田産業保健総合支援センターでは、在職中の方を対象にがん等の治療を受けながら仕事を続けたい方、両立支援に取り組む事業者からの相談に応じています。詳細は、お電話でお問い合わせください。

所在地：秋田県秋田市千秋久保田町 6 番 6 号
秋田県総合保健センター 4 階
電話番号：018-884-7771

長期療養者就職支援事業

がんの疾病により長期にわたる治療等を受けながら就職を希望する方に対する就職支援を行っています。

《具体的な内容》

- ・ハローワークでの職業相談
- ・がん診療連携拠点病院などへの出張相談
- ・院内のがん相談支援センターと治療状況などを共有しながら、院内での職業相談・職業紹介等

ハローワークと締結している病院一覧

病院名	病院連絡先	管轄区域ハローワーク
秋田大学医学部附属病院	018-884-6283 地域医療患者支援センター・ がん相談支援センター	ハローワーク秋田 (管轄区域：秋田市、潟上市、南秋田郡)
秋田赤十字病院	018-829-5000 がん相談支援センター	
中通総合病院	018-833-1122 がん相談支援センター	
秋田厚生医療センター	018-880-3001 がん相談支援センター	
いなば御所野乳腺クリニック	018-838-1785	
能代厚生医療センター	0185-52-3111 がん相談支援センター	ハローワーク能代 (管轄区域：能代市、山本郡)
JCHO 秋田病院	0185-52-3271	
大館市立総合病院	0186-42-5370 がん相談支援センター	ハローワーク大館 (管轄区域：大館市、北秋田市、北秋田郡)
北秋田市民病院	0186-78-2117 がん相談支援センター	
大曲厚生医療センター	0187-63-2111	ハローワーク大曲 (管轄区域：大仙市、美郷町)
平鹿総合病院	0182-32-5121	ハローワーク大曲 (管轄区域：大仙市、美郷町) ハローワーク横手 (管轄区域：横手市)

※問い合わせ等は、各病院連絡先や管轄区域ハローワークへご連絡ください。

がんと仕事のQ & A (国立がん対策情報センター)

診断から復職まで、復職後の働き方など場面分けした内容や、正社員やパート、自営業など就業の形態ごとの情報がまとめられています。



長期療養者就職支援事業
(実施箇所や拠点病院一覧)
厚生労働省



15. アピアランス支援

アピアランス支援とは、がんの治療による脱毛や傷など、見た目の変化に対しての悩みを抱える方に対する支援です。

※医療用ウィッグ、その他補正具については各病院にお問い合わせください

病院名	窓口・支援内容
大館市立総合病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中 乳房補正具試着会（乳房補正具）を年 1 回程度実施
北秋田市民病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中
能代厚生医療センター	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中
秋田厚生医療センター	窓口：がん相談支援センター 平日 9:00 ～ 16:30 個別相談は随時受付中
秋田大学医学部附属病院	窓口：がん相談支援センター 個別相談は随時受付中 平日 8:30 ～ 17:00 《乳がん術後患者 補正下着相談会》 偶数月に開催予定 ※詳細はお問合せ下さい
秋田赤十字病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中 脱毛（頭髪、眉毛等）皮膚や爪の変色、乳癌術後補正具の選び方などがん治療によって起こる外見の変化への対処や悩みについて
市立秋田総合病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中 《ウィッグの相談会》月 2 ～ 3 回開催 《タオル帽子の会》不定期開催 ※日程についてはお問合せ下さい
中通総合病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中
由利組合総合病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 《頭皮ケア・ウィッグ・メイク相談会》随時、個別相談対応
大曲厚生医療センター	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 16:30 個別相談は随時受付中
平鹿総合病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中（要予約） 《頭皮ケア・ウィッグ相談会》毎月第 1, 3 月曜日 11:30 ～ 13:30 《乳がん術後患者補正下着・パット・サポーターなど》 年 1 回開催 ※詳細はお問合せ下さい
雄勝中央病院	窓口：がん相談支援センター 平日 8:30 ～ 17:00 個別相談は随時受付中 1 階美容室《Cream》にて美容師との相談も可能

秋田県がん患者医療用補正具助成事業

がん治療を受けた方又は現在受けている方に対し、治療と就労や社会参画等の両立につながるよう、医療用補正具（ウィッグ又は乳房補正具）を購入した方に対し、購入費の一部を助成しています。申請に当たっては、お住まいの市町村受付窓口にご相談ください。

【市町村受付窓口一覧】

令和 6 年 1 月時点

市町村名	担当課	連絡先（内線）	住所
大館市	健康課	0186-42-9055	大館市字三ノ丸 55 番地
鹿角市	すこやか子育て課	0186-30-0119	鹿角市花輪字下花輪 50 番地
小坂町	福祉課	0186-29-3926	鹿角郡小坂町小坂字上谷地 41 番地 1
八峰町	福祉保健課	0185-76-4608(152)	山本郡八峰町峰浜目名瀧字目長田 118 番地
藤里町	町民課	0185-79-2113	山本郡藤里町藤琴字藤琴 8 番地
能代市	健康づくり課	0185-58-2838	能代市字複鞍ノ沢 19 番 3
三種町	健康推進課 (保健センター)	0185-83-5555	三種町森岳字上台 93 番地 5
北秋田市	医療健康課	0186-62-6666	北秋田市宮前町 9-69
上小阿仁村	住民福祉課	0186-77-3008	北秋田郡上小阿仁村小沢田字向川原 118
男鹿市	健康推進課	0185-24-3400	男鹿市船川港船川字片田 74
大潟村	保健センター	0185-45-2613	南秋田郡大潟村中央 1 番地 13
八郎潟町	健康福祉課	018-875-2800	南秋田郡八郎潟町字大道 84
井川町	健康福祉課	018-874-3300	井川町北川尻字海老沢樋ノ口 78-1
五城目町	健康福祉課	018-852-5180	五城目町西磯ノ目一丁目 1-1
潟上市	健康長寿課	018-853-5315	潟上市天王字棒沼台 226-1
秋田市	保健予防課	018-883-1176	秋田市八橋南一丁目 8 番 3 号
仙北市	保健課	0187-43-2252	仙北市角館町中菅沢 77 番地 28
大仙市	健康福祉部 健康増進センター	0187-62-9301	大仙市大曲通町 1-14
美郷町	福祉保健課	0187-84-4900	美郷町土崎字上野乙 170 番地 10
由利本荘市	健康づくり課	0184-22-1834	由利本荘市瓦谷地 1 番地
にかほ市	健康推進課	0184-32-3000	にかほ市平沢字八森 31-1
横手市	市民福祉部 健康推進課	0182-33-9600	横手市横山町 1-1
羽後町	健康福祉課	0183-62-2111 (128)	羽後町西馬音内字中野 177
湯沢市	健康対策課	0183-73-2124 (252)	湯沢市佐竹町 1 番 1 号
東成瀬村	民生課	0182-47-3405 (619)	雄勝郡東成瀬村田子内字仙人下 30-1

16. がんに関する情報検索のポイント

● 今、どんな情報が必要かを考えてみましょう

状況によって、必要となる情報はさまざまです。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。メモに書き出すことで、頭の中を整理し、人に伝えることのきっかけとなり、情報のありかを探すことにつながるかもしれません。

● 正しい、信頼できる情報について検索

(P33 の検索サイトをご参照下さい)



インターネットを活用すると、たくさんの情報を簡単に入手できます。自分で使えなければ家族など周囲の人に調べてもらいましょう。情報の正しさと、その情報が自分に当てはまるかどうかを判断するときには、情報の信頼性が大切です。複数の情報を照らし合わせたり、担当医に確認して判断しましょう。健康食品やサプリメントなどの補完代替療法のうち、がんへの効果が証明されたものではありません。中には有害なものもありますので、注意しましょう。

● がん相談支援センターの活用

情報の探し方がわからないときは、がん診療連携拠点病院等のがん相談支援センターを利用してみましょう。相談員と話すうちに問題が整理できることもあります。



● 何か行動する前に誰かに相談

得られた情報をもとに行動する前に、担当医や家族、また患者仲間などに意見を求めましょう。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)

17. これからの暮らしを考えるポイント

● 親戚、友人、職場などに伝えるのか

治療が始まる前に、治療中や治療が一段落した後の生活や暮らしのことについて、ある程度考えておくことも大切です。

● 伝えるとしたら、どんな風に伝えるのかを考える

周りの人に病気のことを伝える際には、必ずしも詳細に伝える必要はありません。しかし、自分が伝えたいことや聞かれそうなことについて、あらかじめメモにまとめるなど、答えを考えておくと、自分の考えを整理でき、落ち着いて伝えることができるでしょう。

● 自分が持つ役割を一時的に代わってもらう

がんを治療するために、今まであなたが家庭や社会、職場で担ってきた役割を、一時的に代わってもらう人を見つけておくことが必要になることがあります。

● 生活上のことで急いで決断はしない

仕事をしている方は、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。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。

● 生活や暮らしのことも相談する

がんを治療することは大切ですが、これからの暮らしのことを考えることも大切です。

例えば、仕事や家事、育児のこと、医療費や生活費など経済的なことなどについてです。



18. 秋田県内のがんサロン一覧

がんサロンとは、がん患者さんやそのご家族などが集まり、交流や情報交換をする支え合いの場です。

詳しい内容などについては、各サロンにお問い合わせください。

令和6年1月時点

サロン名称	市町村	開催場所	開催日	連絡先	部位等
大館地区がん患者友の会 大館「虹の会」	大館市	大館市立総合病院	毎月第1水曜日 14:00～16:00	090-5354-9000	不問
ピンクリボン 結びの会	北秋田市	秋田県北部 男女共同参画センター	偶数月第3土曜日 13:00～15:00	0186-49-8552	乳がん
北秋田市民病院がん サロン「あじさい」	北秋田市	北秋田市民病院	毎月第4火曜日 11:00～12:30	0186-78-2117(直通)	不問
がんサロン 北秋田 虹の会	北秋田市	北秋田市交流センター ハートフルプラザ・北秋田	毎月第4木曜日 13:00～15:00	090-7664-9000	不問
ビハーラcafé	北秋田市	コムコム または北秋田市	3ヶ月に一度 おもに土曜日 14:00～16:00	050-5275-0848	不問
がん患者と家族の リンクカフェ	能代市	—	不定期 (年1～2回)	080-1854-5355	不問
能代厚生医療センター がんサロン	能代市	能代厚生医療 センター講堂	不定期	0185-52-3111(代表)	不問
がんサロン	能代市	能代山本医師会病院	不定期 (年3～4回)	0185-58-3311(代表)	不問
がん患者の集い	山本郡 三種町	三種町保健センター	不定期	0185-83-5555	不問
ひだまりハウス	秋田市	協働大町ビル	偶数月第4火曜日 13:30～15:30	018-824-2750	乳がん
暮らしの保健室 がんサロン	秋田市	クロッセ秋田2階	毎月第4金曜日 10:30～12:00 *要問い合わせ	018-853-6835 (ホームホスピス秋田)	不問
がんカフェ あきたの会	秋田市	にぎわい交流AU など	毎月第3(または第2) 土曜日 10:00～12:00	090-5188-3902	不問
がん患者 コミュニティサロン	秋田市	秋田赤十字病院	隔月第2火曜日 10:00～1時間程度 ※詳細はHP参照	018-829-5000(代表)	不問

サロン名称	市町村	開催場所	開催日	連絡先	部位等
がんサロン	秋田市	秋田大学医学部 附属病院	不定期	018-884-6277	不問
きぼうの虹サロン 「あきた」	秋田市	飯島南コミュニティセンター	毎月第2土曜日 13:00～15:00	090-2361-1754	不問
ThirdplaceAKITA	秋田市	遊学舎	月1回 *Facebook参照	thirdplace.akita2019 @gmail.com	AYA世代の がん
サロンぎずな	秋田市	秋田厚生医療センター	毎月第4金曜日 13:30～15:00	018-880-3001	不問
乳がん患者サークル HappyCaféClub	秋田市	遊学舎	月1回 *ブログ参照	archosp@mail.goo.ne.jp	乳がん
がんサロン まもるくん	秋田市	市立秋田総合病院 がん相談支援センター 情報コーナー	不定期	018-823-4341	不問
いきいきサロン 癒やしの川	由利 本荘市	本荘第一病院 8階研修センター	不定期	0184-22-0111(代表)	不問
がん体験者の集い	由利 本荘市	鶴舞会館	偶数月最終日曜日 *時間は要確認	0184-27-1200 (由利組合総合病院)	不問
いこいのカフェ	由利 本荘市	NPO法人 由利本荘にかほ市民が 健康を守る会	毎月第4土曜日 14:00～15:30	090-6149-8756	不問
サロン「おひさま」	由利 本荘市	由利組合総合病院	毎月第2火曜日 *詳細はHP参照	0184-27-1200(代表)	不問
秋田県 肺がんネットワーク あけびの会	仙北郡 美郷町	美郷町住民活動センター	毎月第1水曜日 13:00～15:00	090-5233-4281	不問
いきいき☆サロン	大仙市	大曲厚生医療センター 第一会議室	不定期	0187-63-2111	不問
さろんバンビ	横手市	平鹿総合病院	不定期 (年2～3回)	0182-52-5121(代表)	乳がん
胸腺腫・胸腺がん 患者会ふたつば	湯沢市	—	不定期	http://www.futatsuba.net/about.html	胸腺腫 胸腺がん
サロンおがち	湯沢市	雄勝中央病院	不定期	0183-73-5000(代表)	不問

19. 各種情報へのアクセス

各種インターネット情報の URL

国立がん研究センター がん情報サービス

<https://ganjoho.jp>



あきた医療情報ガイド

<https://www.qq.pref.akita.lg.jp>



秋田県がん診療連携協議会

<https://www.hos.akita-u.ac.jp/onco>



秋田県ウェブサイト 美の国あきたネット
健康づくり推進課

<https://www.pref.akita.lg.jp/33060>



秋田県ウェブサイト 美の国あきたネット
心の健康相談窓口「ふきのとうホットライン」

<https://www.pref.akita.lg.jp/1375>



「ホープツリー」 がんになった親を持つ
子どもへのサポート情報サイト

<https://hope-tree.jp/>



MEMO

【作成】

秋田県がん診療連携協議会
がん患者相談部会広報・情報ワーキンググループ

【発行】

平成27年3月	第1版
令和2年11月改訂	第2版
令和6年 3月改訂	第3版

秋田大学医学部附属病院
地域医療患者支援センター・がん相談支援センター
〒010-8543
秋田市広面字蓮沼44-2
TEL.018-884-6277