

2024年5月16日

各 位

NPO 法人ミーネット
名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット

名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット
ニュースレター他のご案内

拝啓 時下ますますご清祥のことお喜び申し上げます。

平素より NPO 法人ミーネットの活動にご支援・ご協力を賜りありがとうございます。

さて、ミーネットが名古屋市と協働で運営する「名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット」は、本年、開設 15 周年を迎えることができました。これを記念して 3 月に市民公開講座を開催いたしました。コロナ禍により 2020 年 3 月の市民公開講座が中止となり、以降はオンラインでの開催が続いていましたが、ようやく会場開催することができ、多くの方々にご参加いただきました。

この市民公開講座の内容を再録したニュースレターが出来上がりましたのでお送りいたします。また、4 月～9 月までの患者会（グループピアサポート）のご案内、ピアネットリーフレットも併せて送付させていただきます。

何かとご多忙とは存じますが、関係各位への周知にご協力いただければ幸いです。

ミーネットおよびピアネットは地域の医療機関や患者支援団体などとの連携のもと、がん患者・家族の支援に取り組んでまいる所存です。どうぞ今後ともご支援、ご協力のほどお願い申し上げます。

敬具

【同封物】

1. 名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット ニュースレター (Spring/2024.5)
2. 同 患者会（グループピアサポート）4 月～9 月のご案内
3. 同 リーフレット

特集 ピアネット市民公開講座

進む！がん患者サポート

最良のがん治療のために 知っておきたいこと

5年ぶりの会場開催!!
約300名の皆様がご参加!!



名古屋市がん相談・情報サロン ピアネットは開設 15 週年を迎えた。

Messages

名古屋市がん相談・情報サロン ピアネットは、2009 年 3 月に開設され、本年で 15 周年を迎えます。がん体験者の「がんのピアソーター」による相談支援に加え、がん種別の患者会や市民公開講座などの交流と情報提供を行う場として、開設以来、約 4 万 5 千名もの皆様にご利用いただきました。これもピアソーターの皆さんはじめ関係各位のお力添えの賜物と心から御礼申し上げます。

いま、ピアネットが産声を上げた当時を振り返ると、がん医療の飛躍的な進歩とともに、がん患者さんを取り巻く状況も大きく変化したことを感じます。

かつては、治療方針などの大切なことを「医師におまかせ」という傾向が確かにありました。しかし、こんにちでは医師の説明責任のもとに患者自身による意思決定が求められています。患者がよりよくがんと向き合うためには、まず自分のがんについて正しい知識を得た上で、治療の内容を理解することが何より大切です。また、治療や療養において困ったことが出てきた場合は「どんなところで、どんな相談ができるか」など、相談支援の情報を得ておくことも必要です。

そこで、ピアネット開設 15 周年を記念して開催した市民公開講座では「最良のがん治療のために知っておきたいこと」をテーマとしました。

長きにわたったコロナ禍を越えて、会場にお集まりくださいました 300 名もの皆様、ご多忙の中、貴重な情報をご提供くださいました講師の皆様のおかげを持ちまして大盛会となりました。

定員の関係からご参加いただけなかった方々には誠に申し訳ございませんでしたが、講座の内容を誌面再録した本ニュースレターを是非ご覧いただきたいと存じます。

CONTENTS

特集 ピアネット市民公開講座

進む！がん患者サポート

「最良のがん治療のために知っておきたいこと」

P2 講演 1.がん医療の進歩と患者支援

P3 講演 2.自分のがんのこと

P5 講演 3.がん相談支援

P6 体験発表

がん体験をいかす「ピアサポート」による支援

P7 がん患者サポート Q&A

Information

P8 ①オンラインセミナー YouTube で公開中！

「ここまで進んだ！がん治療と仕事の両立支援」

②ピアネットの 2 つのホームページをご活用ください



名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット
市民公開講座

進む！がん患者サポート

最良のがん治療のために知っておきたいこと

がん医療の高度化により、「がんとの共生」が可能な時代になりました。がん患者一人ひとりのニーズに応じたがん治療および支援体制の整備が進む中で、ピアネットでは「がん患者サポート」をテーマに市民公開講座を開催。会場の名古屋市立大学病院病棟・中央診療棟3階大ホールには約300名が参加しました。この講座の模様を要約して紹介します。

共催：名古屋市／名古屋市立大学病院がん診療・包括ケアセンター／NPO法人ミーネット



講演
1

知っておきたい

「がん医療の進歩と患者支援」 ～名古屋市立大学病院がん医療支援部の取り組み～

名古屋市立大学病院
がん医療支援部 部長
消化器・代謝内科学分野 教授
片岡洋望 さん



最近のがん医療の進歩

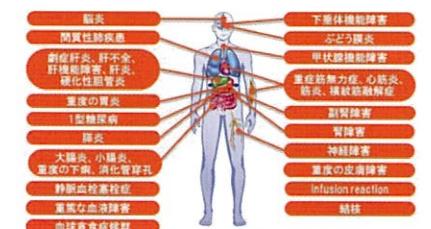
～免疫チェックポイント阻害薬によるがん免疫療法

われわれの体の中にある免疫細胞の一種であるT細胞には、本来、がんを攻撃する力がありますが、がんになると、がんを攻撃できないようにブレーキをかけられた状態（免疫抑制）になります。これをなんとかしようというのが、がん免疫療法です。

最近出てきた免疫チェックポイント阻害薬は、がんによる免疫抑制を解除することでT細胞を活性化させ、がん細胞を死滅させる薬です。具体的には、がん細胞のPD-L1/PD-L2とT細胞の受容体PD-1は鍵と鍵穴の関係となっており、結合してしまうとT細胞が力

免疫チェックポイント阻害剤による副作用

図1



オブジーボ、ヤーボイによる副作用はあらゆる器官に発現する可能性があります。

オブジーボ（ヤーボイ又は他の抗悪性腫瘍薬）・ヤーボイ 調査使用ガイド（使用便注記）

を失ってしまいます。このPD-L1/PD-L2とPD-1が結合しないようにするのが免疫チェックポイント阻害剤です。

食道がんのステージIVの患者さんで、扁平上皮がんでPD-L1の発現が高い人を対象に、免疫チェックポイント阻害剤と化学療法の併用群と、化学療法のみの群を比べた国際的な臨床試験の結果では、1年後の生存率は併用群が54%、化学療法群が33%で、前者が20%も上回っていました。

また、ある患者さんは進行したS状結腸がんのかたで、がんが膀胱や小腸にも浸潤しており、すぐには手術ができない状態でした。事前に行なった遺伝子検査からこの患者さんは免疫療法が効きやすいことが予測されました。がん免疫療法を8サイクル行なったところ、がんがほとんど消えてしまい、手術が可能になりました。病理検査の結果、顕微鏡レベルでもがん細胞が完全に消失していました。このように、全員ではありませんが、がんが完全に消えてしまう例もあります。

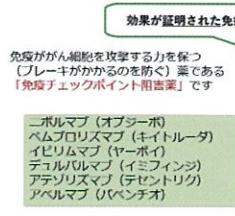
一方で、免疫チェックポイント阻害剤には、これまでの抗がん剤とは異なる種類の副作用があり、注意が必要です。脳炎や間質性肺炎、1型糖尿病、大腸炎、甲状腺機能障害などが出たりすることがあるため、しっかりモニタリングする必要があります（図1）。

免疫チェックポイント阻害剤には保険が適用されます。現在、6種類の薬が出ていますが、治療効果が明らかになっていないがんには保険が使えませんので、主治医と相談してください。

注意していただきたいのが、効果が証明されていない免疫療法を

1. 最近のがん医療の進歩 免疫チェックポイント阻害薬によるがん免疫療法

図2



(c) 国立研究開発法人国立がん研究センターHPより引用

実施している施設があることです。何百万円もの治療費をかけても効果がなかったという例もあります。本当に効果が証明された免疫療法なのか、よく吟味してから治療を受けることが大切です（図2）。これについては、国立がん研究センターのホームページでも全国に警鐘を鳴らしていますので、ぜひご注意いただきたいと思います。

| 名古屋市立大学病院 がん医療支援部の取り組み

▶高齢者のがん医療支援

世界中で高齢化が進む中、日本の高齢化率は世界一であり、がん患者の70%は高齢者です。しかし、がんの臨床試験はほとんどが高齢者を除いた若い人たちだけのデータで成り立っており、高齢者のデータはあまりないのが現状です。

がん患者に占める75歳以上の高齢者の割合は、名古屋市立大学病院35%、西部医療センター38%、全国平均37%です。例えば、肺がんの場合、西部医療センターでは50%が75歳以上で、いかに高齢のがん患者が多いかが分かります。

高齢者に特有の問題点に対応するために、当院では様々な取り組みをしています。その一つが「G8 Screening」です。BMI、年齢、食事量の減少、体重の減少、健康状態、自力歩行、多剤併用傾向、神経・精神的問題などの8つの項目について様々な方法で情報を取得、評価します。

がんの治療方針を立てるうえで、がんの種類や病期、進行度、悪性度、治療の有効性、副作用などはもちろん大切ですが、患者自身の余命や意思決定能力、価値観、社会的サポート、身体機能などを総合して最適ながん治療を決めています。

▶小児AYA世代のがん医療支援

AYA（Adolescent and Young Adult：アヤ）とは、思春期（15歳～）から30歳代までの世代をいいます。15～19歳で多いがんは白血病、生殖細胞から発生する胚細胞腫瘍・性腺腫瘍、リンパ腫、脳腫瘍、骨腫瘍などで、30歳を超えると乳がんや子宮頸がん、大腸がんなどあります。

AYA世代のがん治療においては、抗がん剤による不妊の問題があります。そこで治療の前に妊娠するための力を温存する妊孕性（にんようせい）の温存がされています。具体的には、精子、受精卵、未受精卵、卵巣組織の凍結保存を行います。それにより、治療終了後に凍結した卵子、精子を使って妊娠、出産ができます。

当院では「がん治療と妊娠」相談外来があります。妊孕性温存療法には30～40万円の費用がかかりますので、国や県からの助成制度の相談にも対応しています。

がんに限らず、小・中学生、高校生で長期の入院生活を送る子どもへの学習支援もしています。例えば小学生では汐路小学校の特別支援学級と連携して教員が院内学級等を訪問しています。

また、小児科病棟にはWi-Fi環境のある学習スペースがあり、

WEBで授業に参加できます。

このように、一人一人の患者さんに、最新、高度かつ最適ながん医療を提供できるように頑張っていますので、どうぞお気軽にご相談ください。

講演

2

知つておきたい

「自分のがんのこと」



名古屋市立大学病院
臨床腫瘍部 部長
血液・腫瘍内科学 教授
小松弘和 さん

| 診断時に把握しておくべきポイント

がんと診断され、医師からの説明を受けるときに、患者が最低限、理解したいポイントが4つあります（図3）。肺がんを例にとると、まず病名です。2つめは病理組織型から非小細胞がんなのか否か、さらに扁平上皮なのかが治療に影響してきます。3つめは病変部位・臨床病期です。ステージIならば手術、IVは抗がん剤治療が主体になります。II、IIIでは抗がん剤で小さくできれば手術ができる、もし手術後に抗がん剤治療で再発を抑えられます。4つめは遺伝子異常です。肺がんの場合は遺伝子の変異が多く、分子標的薬という薬が適用になることがあります。

そのほか、医師は、心臓、肺、肝臓、腎臓、感染症、造血を検査で調べて、先ほどの4つのポイントで決まってきた標準的な治療が耐えられるのかどうかを評価します。年齢も考慮します。年齢や個人差を加味して、別の薬に変えるか、減量することも検討します。がんの個性と患者の個性を評価して薬が選択されます。

図3

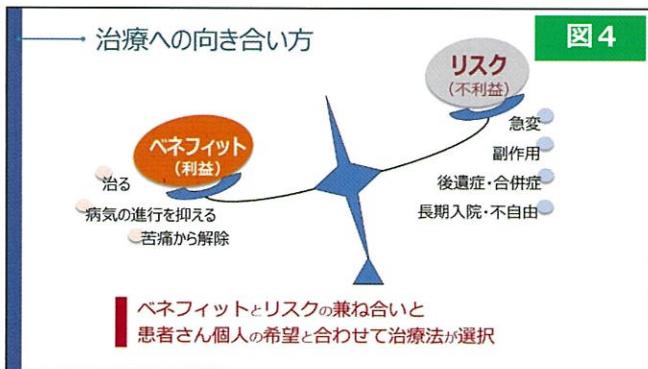
自身のがんがどのような状況かを知る
主治医からの説明 最低限理解したいポイント

この4点で治療法の概要が決まってくる（例:肺がん）			
1 病名	2 病理組織型（生検結果）	がんの個性を知る	
肺がん	非小細胞がん（扁平、非扁平）、小細胞がん		
3 病変部位・臨床病期（転移の有無）	4 遺伝子異常		
病変部位：肺、縦隔 臨床病期：I期～IV期 *限局期～進展期	EGFR変異、ALK発現 ROS1異常、BRCA変異 MET変異、RET異常 NTRK発現、KRAS変異 P D-L1発現		

治療法が決まるプロセス、説明と同意

▶治療への向き合い方

がんの治療法は常にリスク（不利益）とベネフィット（利益）の関係で決めていきます。ヤジロベエがどちらに傾くのか。利益側に傾いていれば、医師はその治療法を推奨します。一方で、再発がある、持病がある、もしくは90歳を超えていたりなどであれば、ヤジロベエは不利益側に傾きやすくなるため、医師は、治療のメリットと不利益について説明します（図4）。



治療開始台にあたり、医師は最初に治療の目的を患者に説明しています。根治できるかどうか、根治はできないが病気と共存できる、もしくは病気の勢いは止められないが、痛みやつらさの軽減を目的として治療を進める。目的が共有できないと一緒に治療を進められません。

目的地への手段は、手術、放射線、薬物治療があります。これを単独でやるのか、組み合わせるのかは、それぞれの患者で違ってきます。

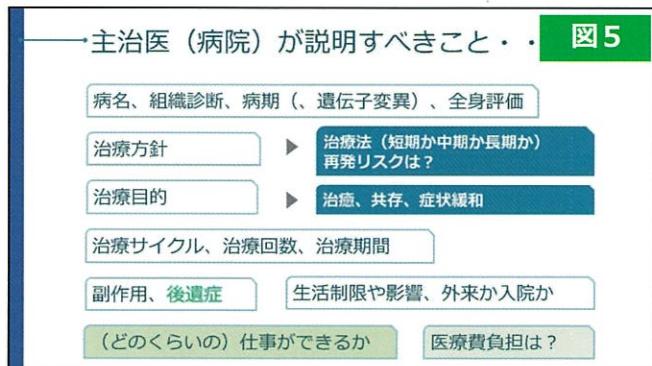
▶科学的根拠に基づく医療の実践

科学的根拠（EBM）は、統計学をベースにしています。年齢やステージ、臓器障害の有無など、同じような条件の100人ずつをAとBに分けて、Aという治療とBという治療を行い、統計的に明らかに一方に効果があったとわかれれば、それは科学的根拠のある治療になります。EBMで大事なことは、患者の健康度や価値観です。患者が「この治療はつらいからやめたい」といつているのに、それを拒否することはありません。

「説明と同意」の基本的概念は、患者自らの意思と責任により医療を選択するべきであり、病気の診断や治療に積極的に参加する権利があるというものです。医師も治療法を説明して推奨しますが、最終的には患者が理解したうえでサインをして決定します。その場合、情報が不適確もしくは不足ていれば大事な判断はできませんので、主治医には説明責任があります。

病名、組織診断、病期、遺伝子変異、全身状態の評価をしたうえで、治療方針と治療目的を説明します。さらに治療サイクルや治療期間、そして副作用、後遺症もしっかり説明する必要があります。

生活制限はあるのか、仕事ができるのか、入院か外来かなども説明します。できれば医療費まで言及できればよいと思います（図5）。



情報収集の方法、向き合い方

情報収集の方法として、一般的にはガイドラインがあります。最近は患者向けガイドブックが増えており、インターネットで購入できます。また、がん相談支援室や患者会、国立がんセンターがん対策情報センターがインターネットで情報提供する「がん情報サービス」などもあります。

もう一つは、主治医に聞く、あるいはセカンドオピニオンがあります。ただしセカンドオピニオンの前に、主治医としっかり話し合うファーストオピニオンが基本です。セカンドオピニオンは転院することではありません。原則、元の主治医の病院で治療を受けます。治療の分岐点であれば、主治医に何がポイントかを聞いておくことも大切です。手続きが2~3週間かかると治療に影響が出ることがあるので、時間的猶予があるかも聞いておきましょう。

私見ですが、自立した市民・患者とは、健康に関する知識を習得していること、そして、基本はセルフケア・セルフマネジメントです。ただし、必要なときは支援を求めることが大事です。家族や社会、仕事、生活、病院や主治医との関係などを築くことができる。より良い選択ができる大局観も大事です。

患者さんは、心や体や社会の面で、さまざまな問題を抱えている可能性がありますが、主治医の診察は3週間に1回、5分か10分程度でという中で、じっくり話すことは難しい状況があります。当院の臨床腫瘍部では、予約制で20~30分時間をとり、患者の抱える諸問題を包括的に評価し、必要な医療部門等を紹介する取り組みを始めています。例えば、痛みに対する専門チームや、口内炎がひどい場合は口腔ケアチームなど、がん相談室を含めて栄養や仕事、医療費のことなど、それぞれ専門家に紹介することができます。

このように、われわれはチーム医療により安全かつ最良で先進的な医療を提供できるよう取り組んでいます。

**講演
3**

知つておきたい

「がん相談支援」

～手厚くきめ細かいサポートを得るために～

名古屋市立大学病院
地域医療連携室 主査
がん看護専門看護師
鬼塚真実 さん

がん相談支援センターを活用しよう

がん相談支援センターは、全国に 400 カ所以上あるがん診療連携拠点病院（がん拠点病院）に必ず設置されている相談窓口です。がん患者だけではなく、そのご家族や一般の市民など、誰でも無料で、匿名で利用することができます。また、その病院にかかっていない人も、カルテがなくても相談が可能です。診断前、治療の開始前、治療中、治療後、どんなタイミングでも相談が可能です。

がん拠点病院は、名古屋市内には 12 カ所、愛知県内には 28 カ所が指定されており、どこの病院のがん相談支援センターに相談することも可能です。予約制の病院もあるので、事前にホームページや電話で確認して行くことをお勧めします。

がん相談支援センターでは、どんな相談できるのか。図 6 に相談で多い項目を掲載しています。これ以外にも、がんの悩みや疑問があつた場合にはご利用ください。

外来診療棟1階 105 がん相談支援センター どなたでも無料、匿名で利用できます。

がんを知るはじめの一歩

こんな時はがん相談支援センターにお越しください。

- がんと告知されたとき
- 再発・転移に関して諮詢を受けたとき
- 化学療法の種類を変更したとき
- 医療用麻薬を開始したとき

名古屋市立大学病院のがん患者サポートの紹介

▶がんの情報を探したいときには

がん相談支援センターでは、がんに関する様々な資料を用意しており、必要に応じてお渡ししています。その一つに、愛知県が発行している「がんのサポートブック」があります。がんになった人が感じる疑問や問い合わせ先などが網羅されており、図 7 の QR コードを読み込むと閲覧できます。

また、国立がん研究センターが発行している「がんの冊子」がありま

す。当院では 13 種類を常備しており、希望者には相談支援センターで配布しています。それ以外のがんの種類の冊子については、インターネットで見ることができます。



図 7

▶がんのピアソーターによる相談会

ピアソーターによる相談会を、毎月第 2 金曜日の 10 時から 12 時に 1 階スターバックス前の広場で開催しています。がん患者サポートに関する総合的な研修を受けたピアソーターが、相談に対応してくれます。利用した方からは「体験者と話すことができてすごくよかったです」という感想が聞かれます。オープンスペースで扉などないので、ぜひ気軽に立ち寄っていただければと思います。当日は、ピアソーターによる手作りの帽子なども、がんの治療中の方にお渡ししています。

開催日以外でも、ピアソーターと話したいという場合には、テレビ電話を使って相談することもできます。がん相談支援センターとピアネットをオンラインでつなぎ、顔を見ながら話をすることができます。また、家にインターネットの設備がある方は、自宅からでも相談することができるでしょう。どちらも予約制になりますが、がん相談支援センターが日程調整を行いますので、お気軽にお声がけください。

▶がん治療と仕事の両立支援

がん治療と仕事の両立支援も、相談支援センターの大切な役割であり、当院では 2 つの相談会を実施しています。一つは社会保険労務士による相談会で、毎月第 1 水曜日の 10 時から、がんの治療に詳しい社会保険労務士に、傷病手当や障害年金の申請方法などについて無料で相談できます。予約優先制ですので、希望者は相談支援センターに問い合わせください。

もう一つは両立支援相談として、愛知県産業保健総合支援センターの両立支援を専門とする相談員が対応しています。がんだけでなく、糖尿病や脳卒中、精神疾患なども対象になります。相談日時は相談者と専門相談員との日程調整になります。治療を続けながら仕事をしたいが、どのように会社に伝えたらいいのか悩んだ時に一緒に考え、会社との調整をサポートします。こちらは退職した方は対象外になります。仕事を辞めてしまうと使えない制度もありますので、辞める前にぜひがん相談支援センターに相談していただければと思います。

体験発表

がん体験をいかす 「ピアサポート」による支援

名古屋市がん相談・情報サロン
ピアネット
がんのピアソーター
林ますみ さん



がん患者を取り巻く状況の変化

私は、2004年に卵巣がんになり、子宮と卵巣を全摘しました。たくさんの支えをいただきながら、がんと向き合ってきた体験を生かして、ピアサポート活動に取り組んでいます。

がんになって20年。がん患者を取り巻く状況は大きく変わりました。

- ①治療の選択肢が増えたこと
- ②セカンドオピニオンがごく普通になったこと
- ③がん相談支援センターがあること
- ④名古屋市がん相談・情報サロン ピアネットができたこと
- ⑤がん拠点病院でピアサポート活動が行われていること、などです。

がんになった当時、私はセカンドオピニオンを転院することだと思っていました。お腹に野球のボール大の塊ができて不安になり、診てもらった医師から、詳しい説明もなしに軽い調子で「これ切って取ってしまおうね。もう子ども2人産んだからいいでしょう」と言われました。「えっ、何? それはないでしょう」。私はとても傷ついて、手術をするにしてもこの医師に任せる気にはならないと思い、後日、セカンドオピニオンを依頼し、改めて他の医療機関を受診しました。

ピアソーターにもセカンドオピニオンの相談は少なくありません。そういう場合には、「患者にとって当然の権利であり、納得して治療を受けるために申し出てください」とお伝えしています。

診断時からの相談支援が必要

ピアサポート活動を通して思うのは、相談支援の大切さです。1人では解決できない問題が2人ならできる。誰かと話をしていて急に答えが出ることがありますよね。特に、今は治療の選択肢が広がって、進行したがんであっても治療を続けながら自分らしい暮らしができるようになりました。その中で、がんと向き合う様々な局面で相談支援が必要だと思います。特にがんの告知を受けたときに、がんを体験したピアソーターが身近にいたら心強いと思います(図8)。

がんの告知。私の場合は病院で検査や問診をした後、医師から「林さん、今日は1人で来たの?」と言われた時にすべてを悟りました。当時は、がんの知識はほとんどありませんでした。同僚や近所の人な

どが、がんで亡くなったという話をばかり聞いていたので、「ああ、私はもう駄目だ」と思いました。その日、CT検査するために廊下の待合室の硬いソファーで待っている間、ただただ涙が止まりませんでした。

当時はがん相談支援センターやピアサポートはなかったので、入院中は同じ病室の婦人科がんの仲間と励まし合ったり、慰め合ったりしていました。その仲間たちとは今でも交流があります。

ピアサポートによる支援

私は、2009年秋にNPO法人ミーネットのピアソーター養成講座を受講しました。講座では、がんの正しい知識を学ぶことができ、色々ながんの種類の人たちと出会い、交流ができました。特に自分が体験したがんの知識を得たことで治療に納得ができます。そして、傾聴の大切さを実感しました。相談者の話の中に、悩んでいること、訴えたいことが詰まっているのです。「ピアサポート。これこそ私がこれからやっていきたいことなのだ」と思いました。

現在、私はピアネットや病院内のピアサポート、患者会などの活動をしています。ピアソーターによくある相談の中から、サプリメントの話を少し紹介します。友人などからサプリメントを勧められることはよくあることだと思いますが、まず医師の許可を絶対に取ってくださいと伝えます。というのも私にも体験があるからです。3回目の抗がん剤のあとに友人から勧められたサプリメントを飲み始めました。3週間後に血液検査をしたところ、肝機能の数値が大きく上がっており、治療を中止せざるを得なかったのです。サプリメントは食品だから大丈夫だという思い込みが、友人にも私にもありました。

最後に、私が思うがんとのより良い向き合い方です。

- ①自分のがんについて知ること、学ぶこと。学ぶことで医師の説明がよく理解でき、納得した治療が受けられると思います。
- ②医師との良好な関係を持つ。医師にはなんでも相談でき、質問できる関係がベストですが、まずは質問をメモして受診するとことから始めてみてください。
- ③今は身近にがん相談支援センター、ピアネット、院内サポートがあります。自分の通っている病院でなくても相談できますので気軽に足を運んでみてください。

図8

がん体験とピアサポート活動を通して思うこと

相談支援
の大切さ

ひとりでは整理できない
問題が、二人ならできる

がんと向き合う様々な
局面で相談支援が必要

私もそうでしたよ。
いつしょに考えて
みましょう。



がん患者サポート Q&A

Q&A の一部を抜粋・要約して掲載しています。



Q 限られた診察時間の中で要領よく質問するためにどのような準備をしていけばよいですか

A **片岡** 自分の気になること、やりたいこと、疑問点などをメモにまとめると、患者さん自身の整理にもなります。診療費用や就労支援に関しては、がん相談支援センターを活用することで、正確な情報が得られると思います。

鬼塚 費用や仕事、生活面、例えば、お風呂や買い物、食事などに不安がある場合は、看護師などに、薬については、調剤薬局の薬剤師もお薬手帳を見れば処方されている薬を把握できますので、副作用や注意点などを相談してほしいと思います。

Q 半年前に家族がすい臓がんになりました。これからどのような気持ちで家族と向き合えばよいのか分かりません。

A **林** 家族も動揺すると思いますが、一番つらいのは本人です。日常をあまり変えずに、なるべく見守るかたちで、出しやがらず、でも、心配はしてほしい。その辺のさじ加減は上手にしてほしいと思います。患者の受診時には付き添っていき、医師の話を聞き漏らしのないようにしてもらいたいと思います。

Q 大腸がんと診断されて3ヶ月後に手術を受けることになり、毎日が不安でたまりません。

A **鬼塚** がんと診断されたら不安な気持ちになるのは当然であり、正常な反応と捉えてください。一般的に、告知後、約2週間で気持ちが落ち着いてきて、病気と生活のことを考える余裕が出てくるといわれています。ただ、眠れない、食べら

れない、集中力が保てないなど、日常生活に支障をきたす状況になった場合には、専門家の支援を求める必要です。主治医や看護師、がん相談支援センターに相談してください。

Q がん遺伝子パネル検査をしても遺伝子の変化が見つからない、あるいは治療方法がないことがあると聞きます。高いお金を払って遺伝子検査をする意味について、どのように考えればよいでしょうか。

A **小松** がん遺伝子パネル検査が2019年から保険適用になりました。対象は、標準治療がない希少がん、標準治療がほぼ終了したと考えられるがん患者です。自費では56万円かかりますが、保険では高額療養費制度の限度額が上限となります。多くの人は抗がん剤治療を受けているため、すでにその時点で限度額に達していると考えると、遺伝子

検査をすることで費用が増えることは少ないと思います。また、検査をした2~3割の人に新しい薬の提案がありますが、条件が合って治療できるのは1割弱というのが現状です。しかし、医療の進歩とともにこの率は上がってくるため、対象となる患者は、保険制度を活用して検査を行うことを勧めたいと思います。

Q サプリメントによる健康被害が問題になっていますが、セルフケアとしてサプリメントなどを摂ることについてアドバイスをお願いします。

A **片岡** 保険で承認された医薬品は、厳しい審査をクリアして製品化されています。一方、サプリメントは、そこまでの審査ではなく、含まれている成分の全てが解明されているわけではないので、微量であっても不明な成分が悪さすることもあります。また、個人差もありますので注意が必要です。もし摂取するなら、安全性を確認したうえで1~2種類にすること、しっかりと経過を観察することが大事です。

小松 がん治療をしている場合は、必ず主治医に確認してください。明らかに相性が悪い場合があり、抗がん剤の副作用が出ることもあります。サプリメントを含めた補完代替療法は、体が少し楽になると副作用が軽減することはあるかもしれません、がんを縮めるというエビデンスは示されていないのが現状です。摂取する場合は、1~2か月後の採血時に合わせて飲み始めるのも1つの方法だと思います。

オンラインセミナー YouTubeで公開中 「ここまで進んだ！ がん治療と仕事の両立支援」



医療の進歩により「がんになっても働く時代」と言われるようになりました。

本セミナーでは、治療と仕事を両立するための相談窓口に関する情報提供や相談の実際等について情報提供しています。



ピアネットのホームページからもご覧いただけます

プログラム

基調講演

「ここまで進んだ！ 診療現場での就労支援
～医療機関と職場の連携を活用しよう～」
赤羽乳腺クリニック 院長 赤羽和久さん

情報提供

「もっと活用しよう！ 専門家の就労支援」
名古屋掖済会病院就労支援室 内山真子さん
愛知産業保健総合支援センター

産業保健専門職 早川明子さん

体験発表

がんピアソーター 安藤 隆さん
がん体験者 小原智恵さん

ピアネットの2つのホームページをご活用ください



患者会のスケジュールやお申込み、名古屋市助成事業の申請方法などはこれらに掲載しています。

<https://pia-net.jpn.org/>



情報集めの道案内。がんに関する総合的かつ身近な情報をわかりやすく提供しています。



名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット

「グループピアサポート」(患者会)と「治療と仕事の両立に関する相談会」のご案内 (2024年4月~9月)

ピアネットでは、毎月4回、グループピアサポート(がんの種類別・テーマ別の患者会)を開催しています。

2024年4月~9月までの予定をご案内申し上げますので、ぜひご参加いただき、有意義な情報交換の場にしていただけたら幸いでございます。

また、毎月第3土曜日(13:00~16:00)は、「治療と仕事の両立に関する個人相談会」を実施します。

社会保険労務士もしくはキャリアコンサルタントが、治療と仕事の両立に関するご相談をお受けしますのでご利用ください。

«グループピアサポート»(がんの種類別・テーマ別患者会)

開催日：裏面参照

会場：名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット（下記地図参照）

参加費：無料

定員：20名

※定員になり次第締め切らせていただきます。

※オンライン(ZOOM)でのご参加も可能です。

開催時間：10:00~12:00 受付 9:45~

※がんの種類別患者会のご参加は、該当がん種の方と、そのご家族のみとさせていただきます。

- 申込方法：
 - ①FAX 052-243-0556（裏面申込書に必要事項をご記入のうえ、お送りください）
 - ②電話 052-243-0555
 - ③メール pia@me-net.org
 - ④ホームページ <https://pia-net.jpn.org>（裏面にQRコードあり）

*お申し込み締切りは、それぞれの開催日の前日です。お申し込み後の変更はお電話でご連絡下さい。

*参加券はお送りしませんのでご了承ください。お申し込みの控えはお手元に保管して下さい。

«治療と仕事の両立に関する個人相談会»

実施日：毎月第3土曜日 時間：13:00~16:00（要お申込み）

相談方法：面談または電話・オンライン(ZOOM)

- 申込方法：電話 052-243-0555

◆グループピアサポート(患者会)および
治療と仕事の両立に関する個人相談会 会場

名古屋市がん相談・情報サロン ピアネット

〒460-0011

名古屋市中区大須 4-11-39 川本ビル 2F

TEL 052-243-0555

※駐車場はありません。周辺のコインパーキングをご利用ください。ピアネットにお電話をしていただければご案内します。



2024年4月～9月
がんの種類別・テーマ別グループピアサポート(患者会)申込書

※希望日に○をおつけください

月	○記入欄	日	曜日	がんの種類・テーマ	月	○記入欄	日	曜日	がんの種類・テーマ
4月		5	金	子宮がん	7月		3	水	肺がん
		10	水	再発乳がん			12	金	膀胱・尿管・腎孟がん
		18	木	悪性リンパ腫			20	土	胃がん
		22	月	タオル帽子制作講習会 ※1)			27	土	がん治療とお口のケア ※2)
	★	20	土	治療と仕事の両立相談会		★	20	土	治療と仕事の両立相談会
5月		9	木	食道がん	8月		2	金	乳がん
		17	金	卵巣がん			10	土	肉腫
		25	土	リンパ浮腫の予防とケア ※2) (上肢/腕)			24	土	リンパ浮腫の予防とケア ※2) (下肢/あし)
		29	水	前立腺がん			30	金	脾臓がん
	★	18	土	治療と仕事の両立相談会		★	17	土	治療と仕事の両立相談会
6月		6	木	乳がん	9月		7	土	がん患者さんの食事 ※2)
		15	土	AYA 世代			11	水	腎臓がん
		22	土	骨転移/骨折予防 ※2)			20	金	頭頸部がん
		26	水	大腸がん			25	水	前立腺がん
	★	15	土	治療と仕事の両立相談会		★	21	土	治療と仕事の両立相談会

【感染予防対策等のために内容を変更する場合があります。】

※1) 抗がん剤で脱毛した方のための帽子を、タオルを使用して作成します。

フェイスタオル 1枚をご持参ください。他の備品はこちらで準備いたします。

※2) は、専門家がアドバイザーとして参加する予定です。



★毎月第3土曜日(13:00～16:00)は、「治療と仕事の両立に関する相談会」を開催します。

社会保険労務士もしくはキャリアコンサルタントが、ご参加の皆さんに治療と仕事の両立についてアドバイスをします。

まずは、お電話でお問い合わせください。TEL 052-243-0555

お申込日 2024年 月 日

お名前 年代 代 参加人数 名

ピアネットを利用したことが ある・ない がん種

参加される方は 患者・家族 ZOOM 参加 する・しない

電話番号 メールアドレス

※ZOOM 参加ご希望の方はご記入ください

ご住所 〒