

肺がん患者が作る！トコトン患者応援マガジン



# 肺がんBOOK

VOL.8

「肺がん」と診断されたばかりのあなたへ

～先輩患者さんが贈る **15** のメッセージ～

マンガ

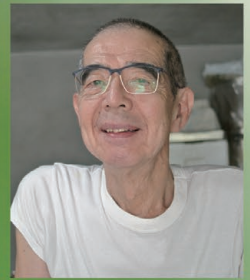
あなたらしく生きるための第一歩  
～がん専門相談員からのエール～



肺がん患者さんへ

これからの

巻頭インタビュー



親爺の秘密基地さん  
(肺がんステージ4)



濱崎晋輔さん  
(がん情報サイト「オンコロ」)



# 肺がん患者会マップ

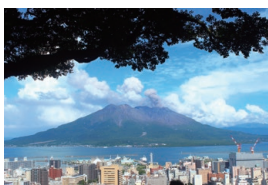


各患者会では、定期的におしゃべり会・勉強会を行っています。ぜひ一度、お近くの患者会にご参加ください！

Pick up!!

## 患者会

### ⑮ 鹿児島県肺がん患者会（鹿児島）



鹿児島県で初めての肺がん患者・家族のみの患者会を令和5年5月に立ち上げました。まだ生まれたばかりの患者会ですが、仲間が増えていくことで様々な活動をしたと思っています。こうご期待！

代表 松下真一  
患者会 毎月1回曜日不定期  
✉ bogey203@gmail.com  
📌 現在作成中

### ⑯ 肺がんサロン ALK会（全国）

肺がんのなかでも遺伝子変異ALK陽性の人は少なく、なかなかALKの人と出会えない、という思いから、全国の人に参加できるオンラインの患者会を2022年に立ち上げました。まずは会員登録が必要です。

代表 三宅房世  
患者サロン 奇数月（開催日はブログでも案内中）  
✉ l.comlcsaron.alk@gmail.com  
🌐 <https://ameblo.jp/nunoterami/>




ブログ



会員登録



1 北海道肺がん患者と家族の会  
 ✉ hokkaido.lung.cancer.patient@gmail.com  
 URL <https://lungcancer81.amebaownd.com/>



8 ふくおか肺がん患者・家族の会「コスモス」(福岡)  
 TEL 080-3672-0876  
 ✉ oohori0928@gmail.com

2 秋田県肺がんネットワーク「あけびの会」  
 ✉ fumi3419@ymobile.ne.jp  
 ① [www.facebook.com/akita.akebinokai](http://www.facebook.com/akita.akebinokai)



9 特定非営利活動法人  
 肺がん患者の会ワンステップ(神奈川・東京)  
 URL <https://www.lung-onestep.com>  
 加 <https://ameblo.jp/hbksakuemon/>



3 富山肺がん患者会ふたば  
 ✉ futaba\_haigan@yahoo.co.jp  
 ① [www.facebook.com/toyama.haigan.futaba/](http://www.facebook.com/toyama.haigan.futaba/)  
 URL <https://futaba-haigan.amebaownd.com/>



10 肺がん患者会  
 ワンステップしゃちほこ(東海地区)  
 ✉ onestep\_shachihoko@yahoo.co.jp  
 URL <https://onestep-shachihoko2.amebaownd.com/>  
 加 <https://ameblo.jp/shachi2017/>



4 ライオンハート岡山  
 TEL 086-235-2015  
 ✉ lionheartokayama@yahoo.co.jp

11 三重肺がん患者の会  
 ✉ mie.haigan@gmail.com  
 URL <http://www.ma.mctv.ne.jp/~kohji-o/>




6 肺がんカフェ SUNIN (山陰地区)  
 ✉ higankafesunin1117@gmail.com  
 会員登録は右のQRから



12 肺がん患者会 肺ゆう会～奈良～  
 ✉ nagi\_nara@zeus.eonet.ne.jp

7 ライオンハート広島  
 ✉ lion.hiroshima@gmail.com

13 Hi! フレンズ(大阪)  
 ✉ hi.maa.kinoko@gmail.com  
 加 <https://ameblo.jp/hifriends-2019>



日本肺がん患者連絡会に加盟している患者会を記載しています。

5 滋賀肺がん患者会 肺ゆう会～しが～(滋賀)



2016年発足。肺がん患者が地域社会で安心して暮らせる環境を作るため、肺がん患者・家族・支援者が一同に集う患者会を開催し、がん啓発・がん患者支援の活動を目的としています。

代表 仲川 弘  
 患者会 年3回  
 ① [miky23026@zb.ztv.ne.jp](mailto:miky23026@zb.ztv.ne.jp)

14 肺がん患者サロン なでしこ(香川)



病気や治療のことだけでなく、子育てや家庭、介護などの悩みを話せる、女性のための患者会として5年前にスタートしました。皆様にとって心の休まる場所となることを願っています。

代表 中矢仁美  
 患者会 交流会・セミナー年4～5回  
 ① [info.nadeshiko5@gmail.com](mailto:info.nadeshiko5@gmail.com)  
 URL <https://lc-nadeshiko.jp/>



肺がん患者が作る！  
トコトン患者応援マガジン  
肺がんBOOK

Vol. 8

## Contents

日本全国 肺がん患者会マップ 2

巻頭特集

これからの **肺がん**  
患者さんへ

終点までは常に楽しんで、  
充実した生き方をしていきたい。

親爺の秘密基地さん (73歳)

1万人のがん患者の声を聴いた男 8  
濱崎晋輔さん (がん情報サイト「オンコロ」)  
よく受ける相談トップ5

「肺がん」と診断されたばかりのあなたへ 10  
～先輩患者さんが贈る 15 のメッセージ～

いきる「みかた」を見つける 肺がんマンガシリーズ 12  
あなたらしく  
生きるための第一歩  
～がん専門相談員からのエール～



患者会って、どんなトコ？

心のうちを話し、

経験者ならではの情報を得られる場

患者会は文字通り、患者さんや家族のための会。でも具体的にどんなところなのか、知っていますか？

患者会は、「同じ道を通ってきた人たちの集まり」です。経験者ならではの情報を得たり、誰にも言えない心のうちを話したり。そんなことができるのが、患者会です。

私たちは、ある日突然「患者」になります。何もかもが初めてで、ほとんどの人は大きな不安を抱えるもの。命のこと、治療のこと、生活のこと、家族のこと、お金のこと……。「誰も私の気持ちは分からない」と、強い孤独を感じてしまうかもしれません。

そんなとき、同じ道を歩く人と出会えたら、ちょっと心強くないでしょうか。同じ立場だからこそ理解し合える心情はあるものです。

そのほかにも、患者会にはさまざまな利点があります。例えば「情報」。病院で聞く説明や、医療機関が発信するものとは違う、「経験者にしかわからない情報」です。

「副作用が出たときの生活の工夫」「医師との付き合い方」「親の病気を子供へどう伝えるか」など、経験から編み出された知恵を直接聞くこともできるでしょう。

多くの患者会では、定期的に「おしゃべり会」を開催しているため、気軽にのぞいてみてはいかがでしょうか。メールや電話などで個別に相談のつてくれるところもあります。

また、会によっては、医師やいろいろな分野の専門家を招いてセミナーを開催しています。最新の医療や生活に役立つ情報を学ぶ場として活用するのもおすすめです。







自宅ガレージの厨房に立つ  
親爺の秘密基地さん。

巻頭特集

これからの  
患者さんへ

# 肺がん

終点までは常に楽しんで、  
充実した生き方をしていきたい。

## 親爺の秘密基地さん（73歳）

親爺の秘密基地さんが肺がんと診断されたのは、65歳のとき。  
再発・脳転移をしつつも、冷静に情報を見極め、充実した人生を送っています。その秘訣をうかがいました。

行けるところまで  
行ったらいい

——「親爺の秘密基地」さんの、名前の由来を教えてください！

「秘密基地」とは、自宅ガレージに作った厨房のことです。以前、中華料理屋をやっていたのですが、店を閉めたあと道具をガレージに持ち込みました。現在は月に3〜4回程度、リクエストがあるときに趣味で料理をしています。

——がんは、どのように見つかりましたか。

65歳の春ころから、肩から背中にかけて痛むようになりました。ちょうどその前年に自然気胸という肺に穴が開く病気になり、病院に通っていたんです。医師に症状を伝えると、すぐにCTを撮ってくれました。別の病院を紹介され、さらに検査をしたところ、肺がんの扁平上皮がんステージ2bと診断されました。

——そのときのお気持ちは。

当時、私はヘビースモーカーで1日60本くらい吸っていたので「がん

になってもしゃあないかな」と思いました。ジタバタしても仕方ないし、治療して、行けるところまで行ったらいいかな、くらいでしたね。まったくショックがなかったといえませんが、頭が真っ白になるほどではなかったです。

——なぜショックではなかったのでしょうか。

年齢が関係しているでしょうね。今でこそ「人生100年」と言いますが、昭和の私たちの時代は70〜80歳くらいが寿命でした。私は当時65歳でしたし「生きてきたからにはい

### 治療・活動歴

- 2015年（65歳） 肺がん（扁平上皮がん）ステージ2bと診断 厨房の仕事を辞める 抗がん剤2クール（2回）、左肺に放射線治療、右肺にサイバーナイフ（定位放射線）で治療
- 2016年（66歳） 3月から旧職場に復帰 5月に左肺に再発 サイバーナイフで治療 9月に小脳に遠隔転移 ステージ4にサイバーナイフで治療
- 2017年（67歳） 左肺に再々発 免疫チェックポイント阻害薬で治療
- 2023年（73歳） 現在、経過観察中



情報は見極めが大事。「信頼できるサイトをベースに情報収集してほしい」。

「手術だと肺を大きく取りすぎて、後々のQOL（生活の質）の確保が難しい」と医師から説明があり、手術はしませんでした。

——治療を受けてみて、いかがでしたか。

ネット検索だと、副作用がえらくきついか書いてあるじゃないですか。きっと私も死にそうな目に遭うんだろうなと思っていました。でも私の場合、放射線の副作用はほとんどなく、抗がん剤もそれなりに脱毛や吐き気はありましたが、耐えられないほどではなかったです。

——入院中はどのように過ごしていましたか。

入院していた50日間は、ほぼ毎日、朝・昼・晩に病棟の階段を上り下りして体力維持を心がけました。抗がん剤の副作用が強くなる2〜3日間はできませんでしたが、お仲間たちが、私の料理をお待ちかねだったんです。早く体力を戻して仕込みをしたいと思います。

### 入院中は階段を上り下り！

——どのような治療をしましたか。

私のがんは、左肺と右肺の両方にあつたんです。まずは抗がん剤治療2クール（2回）と、腫瘍が大きかった左肺に放射線治療。その後、右肺にサイバーナイフ（定位放射線）をおこないました。

——手術は選択肢になかったのですか。

——ネットにはさまざまな情報があります。どうやって見極めましたか。

2015年当時は、「肺がん」と検索すると最初に出てくるのが「体に優しい治療」とか「誰にでも効く」とかばかりでした。国立がん研究センターのサイトなんて、かなり下まで見ないと出てこなかったんです。「体に優しい」などの言葉が入っているサイトは絶対に嘘だと思っていました。

——なぜ「嘘だ」と気付けたのですか。

もし「誰にでも効く」がホントだったら、がんで死ぬ人はいないじゃないですか（笑）。私は、1980年代のパソコン通信（インターネットの前身）の時代からネット情報を見てきました。誰でも発信ができるし、発信した内容に裏付けなんてまったくない。そのころから「ネットに載っていることの8割方は嘘」と考えていました。

——情報は主にどこから得ましたか。

情報収集のベースは「がん情報サービス」（国立がん研究センターが運営する情報サイト）。ここなら絶対に信頼できるだろう、と。

集めた情報をたくさんプリントアウトして病院に持って行き、主治医

に見せながら質問したりしました。「あなたのような患者さんは初めてです」と言われましたね（笑）。おかげでいいコミュニケーションが取れたんじゃないかと思っています。

### 「やってみないと分からん」

——がんが見つかったとき、仕事はしていましたか。

すでに中華料理屋は閉めていて、介護施設の厨房で働いていました。ところが、がんが見つかったとき、びつくり離職（※）をしてしまったんです。治療の副作用で仕事ができないうイメージがあつたので。

（※）がんの告知後、直ちに仕事を辞めてしまうこと

——以降、お仕事はしましたか。

治療から1年くらい経つたころ、私のブログを見た元職場のスタッフが「戻ってこやへんか」と声をかけてくれました。以降ずっとそこで働いています。

——再発、転移もあつたとのことですが。

職場復帰から2カ月後くらいに左肺に再発し、その4カ月後くらいに

### ネット情報を見極めるには





「イメージ通りにできあがることはめったにないんです。でもたまに、これは！というのができる。その瞬間があるからやめられないですね(笑)」。そのうれしさが、今一番の楽しみ。

は脳に転移が見つかりました。どちらもサイバーナイフで治療しました。

—そのときのお気持ちは。

告知のときよりも、ダメーシが大きかったですね。再発の可能性はそんなに高くないと思っていたので。「これからは、半年くらいごとに再発・転移を繰り返して、どんどん

衰えていくのかな」という気持ちになりました。

—再発後、仕事はどうしようと思いましたが。

「やってみないと分からん」と思いました。治療を受けてみて、やはり無理だと思えばそのときに考えればいいかな、と。最初の治療の経験があったので、びつくり離職したときとは考えが変わりました。

—さらに再々発されたとか……。

2017年に、左肺に再々発しました。私の場合、がんの増殖に関係するPD-L1というタンパク質の発現率が高かったため、従来の抗がん剤と免疫チェックポイント阻害薬という新しい薬のどちらも使えるとのことでした。当時、保険適用されていた免疫チェックポイント阻害薬は2種類。私は新しいもの好きなので、2種類のうちでも新しい方を選びました(笑)。その薬は4年くらい使っていました。

—現在、治療はしていますか。

経過観察中です。今後もし何かあったときは、そのときの年齢、体力、治療法を勘案して治療すればいいかなと思っています。緩和ケアが

優先になるケースもあるかもしれないし、そのとき次第ですね。

—とても冷静に構えているようですが、その秘訣は何でしょうか。

私のなかで、「がんは糖尿病などと同じような慢性疾患」と捉えているからでしょうね。もしこの先、寝たきりになるなどしたらどう考えるか分からないですが、今はそんな感じ

### 「人生には、 終点がある」

—肺がんと診断されたばかりの人に伝えたいことはありますか。

情報を得るときは、国立がん研究センターが発信するものなど、まずは信頼できるサイトから当たってほしいですね。それをベースにほかの情報を見ていくといいのではないのでしょうか。

また、「人生には、終点がある」ということを、見つめてもらいたいと思います。どんな形であれ、終点は来ます。それを受け入れざるを得ないなら、そのなかでどうやって生きるか。私も終点までは常に楽しんで、充実した生き方をしていたらいいなと思っています。

—好きな言葉を教えてください。

「やってみなわからん」です。しっかり考えるのは大事ですが、やる前から何やかんや悩みすぎてしまわない方がいいと思っています。あとは「できるだけ自然体で向き合う」ですね！

取材・長谷川一男

文・木口マリ

写真提供・親命の秘密基地さん

## み・ん・な・で・語・り・合・お・う・！

役立つ情報や経験談を  
動画で見よう！



YouTube

患者・家族専用  
SNSはこちら！



# 1万人のがん患者の声を聴いた男

## 濱崎 晋輔 さん

(がん情報サイト「オンコロ」)

よく受ける  
相談トップ

5

数多くのがん相談を受けてきた濱崎さんに「よく受ける相談トップ5」とその答え方、相談員としての思いをうかがいました！

がん情報サイト「オンコロ」濱崎さん。  
(3H×ティンソリューション株式会社  
/ 3Hクリニカルトライアル株式会社)



### 略歴

東邦大学理学部生物分子科学科卒業。製薬メーカー医薬情報担当者(MR)として約9年間勤務。2015年、がん情報サイト「オンコロ」の立ち上げに参加。がん患者・家族の相談のほか、生命保険会社ががん相談サービスの立ち上げを実施するなど、さまざまな業務にあたっている。2023年4月からオンコロの責任者。現在40歳。

### ウェブには限界がある

——がん情報サイト「オンコロ」とはどのようなサイトですか。

治療・臨床試験を中心とする、がんの医療情報を発信しています。がんの相談を受け付ける『治療・がんのお悩み相談室』も運営しています。

——「1万人のがん患者の声を聴いた男」との異名をお持ちですか。

誤解のないように説明すると、アンケート調査も含めて1万人以上の声を聴いてきた、ということですね。実際の会話としては10000

15000人くらいでしょうか。

——最初に患者さんの声を聴いたとき、どう思いましたか。

「患者さんは、いろいろなことを考えて、いろいろな思いや悩みがある」というのをすごく実感しました。その声を医療の現場にちゃんと伝えていくべきだと思います。

——対話を通してのがん相談は重要だと感じていますか。

とても重要ですね。以前、「治療を受けた」という相談があつて話を聴いてみると、今ある治療法のこと、もよく分かっていないということが

——では続いて、よく受ける相談トップ5をうかがいます！

### よく受ける相談 トップ5

#### 第5位 症状について

なかでも多いのは、脱毛や痛みなど、治療による副作用の症状について。後遺症やがん自体の症状の相談もあります。

——症状について、医療者ではなく濱崎さんに相談するのはなぜですか。

背景には、医師とちゃんとコミュニケーションが取れていないことがあると思います。医師に伝えても軽く返されてしまった、というのも多く聴きます。

——どう答えるのですか。  
どうしてその悩みが存在している





「患者さんの声を伝えたい！」  
オンコロ立ち上げ当時に書いたメッセージ。

のかを確認していきます。医師とのコミュニケーションが必要な場合、対話の仕方のアドバイスをすることもあります。

#### 第4位 漠然とした不安

なぜか分からないけど不安、再発が不安で仕方がない、などの相談です。

——どう答えるのですか。

このような相談の場合、「具体的な解答を求めている」という傾向があるんです。要は、ご自身のなかにあるどうしようもない気持ちを吐き出したい、という方が多い。その場合は、とにかく傾聴に徹します。あの意味、恋愛相談に近いですね。

#### 第3位 病院探し

大きく分けて2パターンあります。診断直後の病院探しと、すでに通院している別の病院に移りたいという相談です。

——どう答えるのですか。

オンコロでもすぐ議論されるのですが、基本的には、個別の病院を教えることはしない方がいいと思っています。その代わり、探し方の基準とか、それぞれの価値観や理想に合わせて「その人に合っている病院はどういうところなのか」という「探し方」のサポートをしていきます。

転院先の相談では、「なぜ転院したのか」が第一。今の主治医とうまくコミュニケーションがとれていない、という場合もあります。まずは今の病院で解決できる方法を探して、それでもダメなら転院を考える、という順序が理想かなと思います。

#### 第2位

#### 主治医との コミュニケーション

主治医がパソコンばかり見ている全然目を合わせてくれない、何言っているのかさっぱりわからないなど、ホントいろいろあります。

——どう答えるのですか。

やはり人と人なので、相性はあります。意外と多いのが、医師の言葉を翻訳してあげると理解が増す、ということ。先生は、こういう意

図で言っているんだと思いますよ」と言い換えてみたり。医師と患者さん、双方をうまく結びつけてあげられたらと思っています。

#### 第1位 治療選択について

手術の方法、化学療法の組み合わせ、治療の相談などです。

——どう答えるのですか。

ここで大切なのは、その人がどこまでちゃんと情報を得ているか、それをどう理解しているか、その人が何を大事にしているかです。話を聴き、どういう基準で治療を選ぶかを一緒に探っていきます。考えて納得していく、その過程も大事だと思います。

つらさや悩みに寄り添って  
くれる人を見つけよう

最後に、みなさんへメッセージをお願いします！

患者さんへ。がんは、さまざまな苦労がある病気です。誰かと一緒に考えることが大事。医療者、家族、友人など、つらさや悩みに寄り添ってくれる人を見つけてもらえたらと思います。

ご家族へ。私も、母をがんで亡くしました。「家族は第二の患者」という言葉もあります。どうか無理をしないでください。患者さんの気持ちを尊重してほしいですし、よく患者さんと話をしてください。第三者が介入すると、話しやすいこともありません。私たちが、「話せる場」になればと思っています。



取材・長谷川一男  
文・木口マリ  
写真提供…濱崎晋輔さん

オンコロ  
治療・がんの  
お悩み相談室  
(無料・要会員登録)



濱崎さんの  
インタビューを  
動画で見よう！



YouTube

ご相談は、電話やメールでどうぞ！

先輩患者さんが贈る

15の

メッセージ

「肺がん」と

診断されたばかりの

あなたへ

肺がんと診断されたばかりのと

きは、恐怖、不安、孤独などに押

しつぶされそうになるもの。

「そんなあなたに届けたい」と、

先輩患者さんたちからたくさんの

メッセージが寄せられました。

**大** 丈夫。落ち込まず、あわてず、しばらくひと休みすること。一休さんの教えです。

**ま** ずは我慢せずにたくさん泣き、思い切り落ち込むことが前に進む力になります。

**が** んに罹ったからと何もかも諦めず、つらいときはひとりで抱え込まないで下さい。

**自** 分だけではない。仲間もいます。



**夫** を亡くし子供3人母子家庭でがんばっていたときにがんと診断されました。

主治医が「たくさんがんばってきたので少し休憩しましょうか」と言ってくださり、気持ちが楽になりました。全力でがんばっている人には、ちょっと休みましょ(^\_^)ってハグしてあげたい。

いっぱいなとき

不安で

**完** 治が望めなくても、治療の合間を縫ってその人らしく楽しむ先輩患者さんに勇気づけられました。がんになったからって、人間やめるわけじゃない。



としての気持ち

# 家族

**夫** との闘病生活は、  
多くの人に支えて  
もらいました。一人で闘お  
うとは思わず、いろいろな  
人に頼って下さい。



**家** 族として、明るく振  
る舞うことを心が  
けました。ですが、本当は  
もっとお互い弱音を  
吐いても良かったの  
かなと思うこともありま  
す。

**家** 族ならではの不安  
を毎日感じていま  
す。そんな中でも、日々、  
幸せと思う事を少  
しずつ積み重ねて  
いけたらと思っています。

**ど** うしていいかわか  
らないときは、常  
にあります。でも恐れな  
い。正しい情報、先  
輩方の経験、医療者  
などなど、あなたを支える  
ものはたくさんあります。

# 仕事 治療 のこと のこと

**わ** からないことは  
医師に何度質  
問してもかまわない。  
医療者に不安な気持ちを  
ぶつけると良いと思う。



**私** もまだ始めたばか  
りですが、知識が  
なさすぎたのもう少  
し調べたり「がん相  
談支援センター」で  
相談すれば良かった  
なと思います。

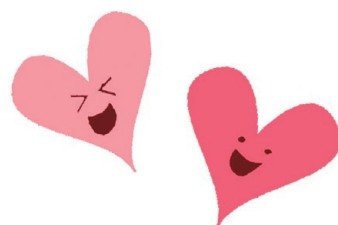
**「肺** がんになっ  
たこと=人生の終わ  
り」ではありません。

私は9年目に再発しま  
したが、治療をしながらも  
フルタイムで仕事もでき  
ました。現代の標準治療<sup>(※)</sup>  
は素晴らしいと思います。

(※標準治療：科学的根拠に基づいた、  
現在利用できる最善の治療のこと)

**急** いで仕事は辞めな  
いこと。物事を決  
定するのは、落ち着いてか  
らでいいよ。

**ス** テージ4は死と直  
結しているわけ  
はないことを知って欲し  
いです。



肺癌患者さんや専門医のお話を動画で！

YouTube はこちら👉



いきる「みかた」を見つける

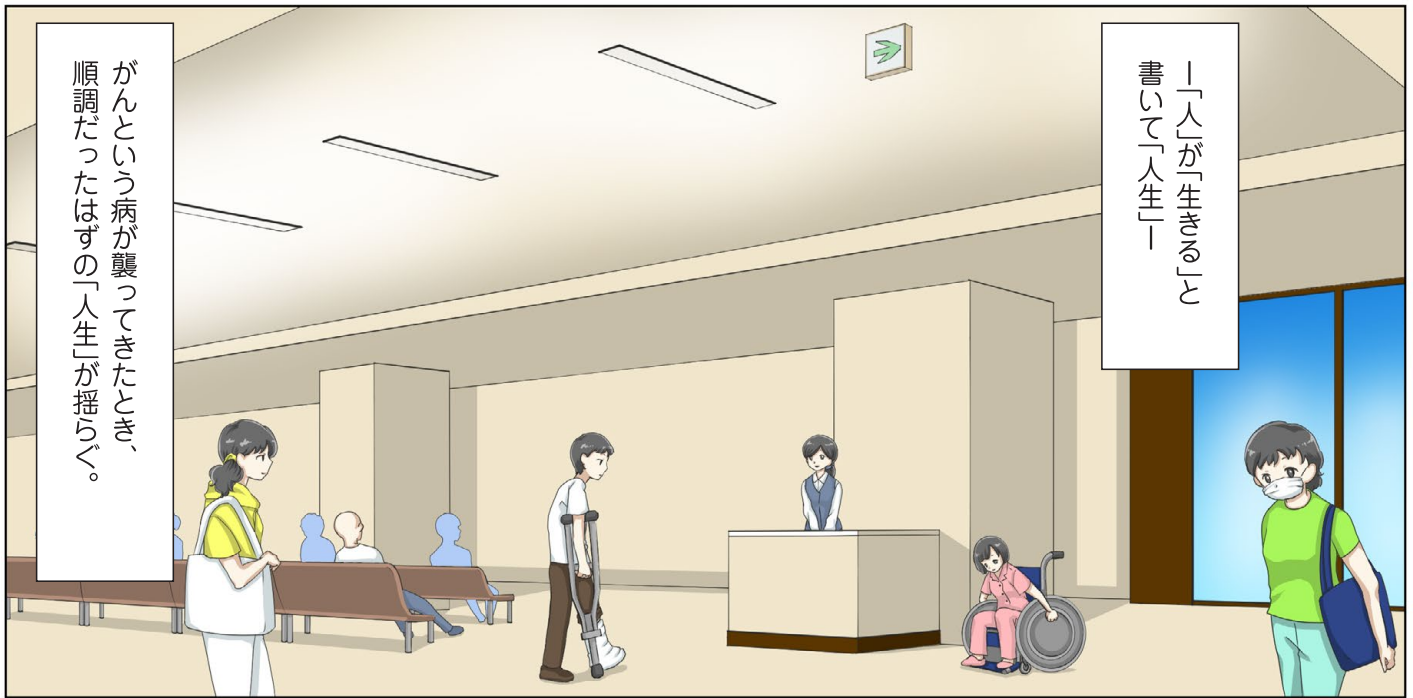
# 肺がんマンガシリーズ



がんになっても人生は続く。  
あなたの「大切にしたいもの」は何ですか？

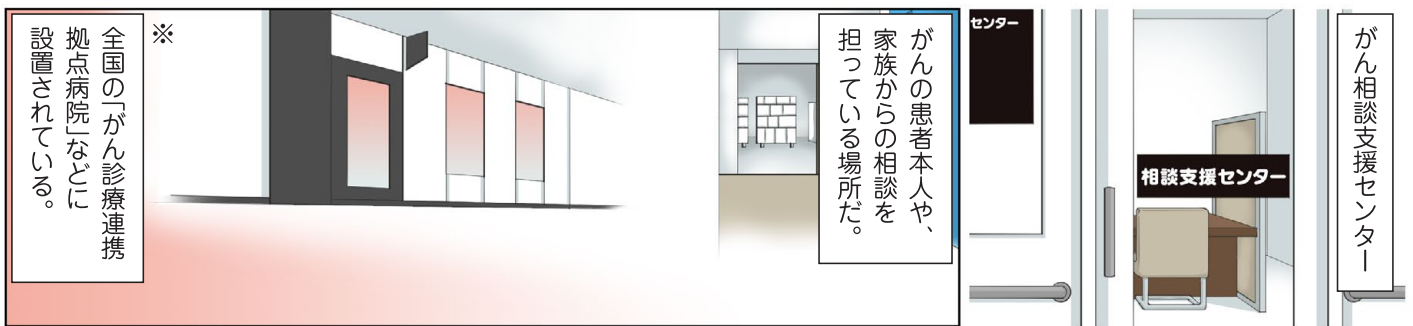
肺がん患者の会ワンステップ、ノバルティスファーマ(株) 共同制作  
医療監修…池山晴人氏(大阪国際がんセンターがん相談支援センターセンター長)  
脚本…森川翠 作画…ユフロイ 演出…長谷川一男 制作…MBC(株) 2021年制作





「人」が「生きる」と書いて「人生」

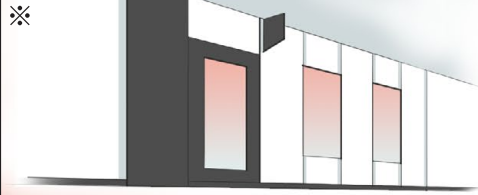
がんという病が襲ってきたとき、順調だったはずの「人生」が揺らぐ。



がん相談支援センター

相談支援センター

がんの患者本人や、家族からの相談を担っている場所だ。



※

全国の「がん診療連携拠点病院」などに設置されている。



なぜ私のがんになるのでしょうか... 私は悪いことなどしていません。

相談の内容は治療のことから生活、仕事のことまで様々だ。

怖いんです。抗がん剤治療、どうしても受けなければなりませんか？

相談員は、社会福祉士や看護師、臨床心理士など、必要であれば専門家への橋渡しを行う。

年金暮らしで治療費が心配です...

※全国の「がん診療連携拠点病院」や「小児がん拠点病院」に設置されている。



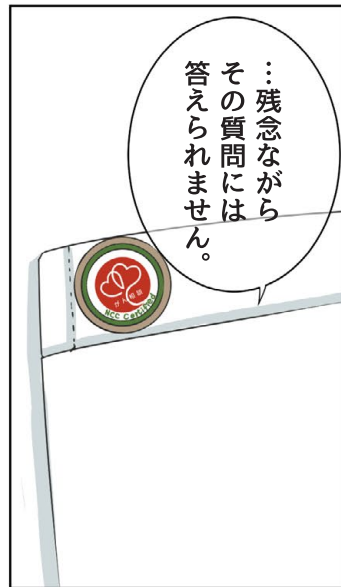
相談の時のモットー...

それは

「その人らしく」

がん患者や家族等の相談者に、科学的根拠と、がん専門相談員の実践に基づく信頼できる情報提供を行うことにより、その人らしい生活や治療選択ができるように支援する。







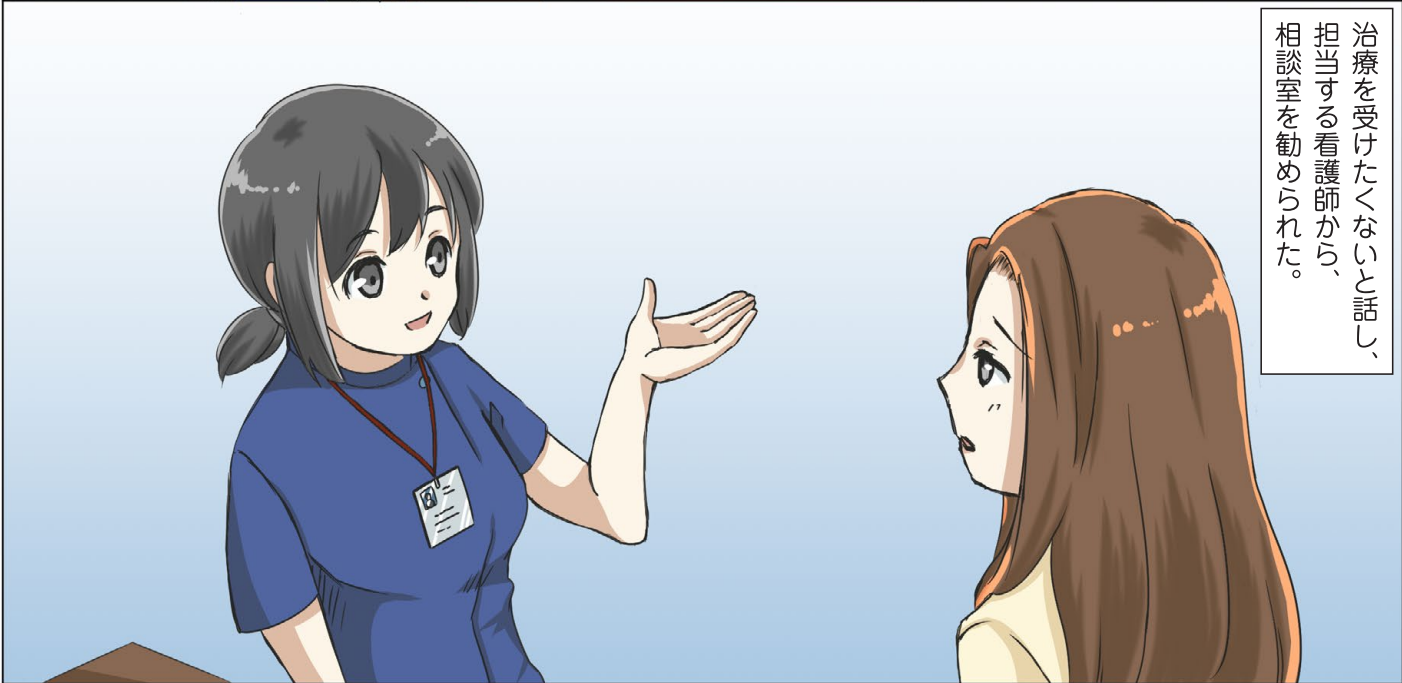
あ、山崎さん、先日看護師さんから連絡のあった方、今日予約入ってましたよね。



樋口恵子さん！。つい先日、進行性の肺がんが見つかったばかりだ。



はい、14時ですね。



治療を受けたくないと話し、担当する看護師から、相談室を勧められた。



相談に来られる方の多くは、混乱し、いろんな悩みを持っている方が多い。

私、今の仕事でも精一杯なのに、治療費のことどうしたら...

家にはまだ小さな子供もいるし、父は父で目が離せないですし、猫の世話もあるし、それに、それに...

もう、治療しないほうがいいんじゃないかって思うんです。

まずは受け止める。

樋口さん、一人で悩まれていたんですね。

お辛かったですでしょうね。

心配なこと、不安なこと、怖いと思っていることをなんでもいいのでお話ししてみてください。

そして、一つ一つ一緒に整理。

私、シングルマザーなんです。子供はまだ5歳で手がかかります...

家には父が同居していますが、軽い認知症で、

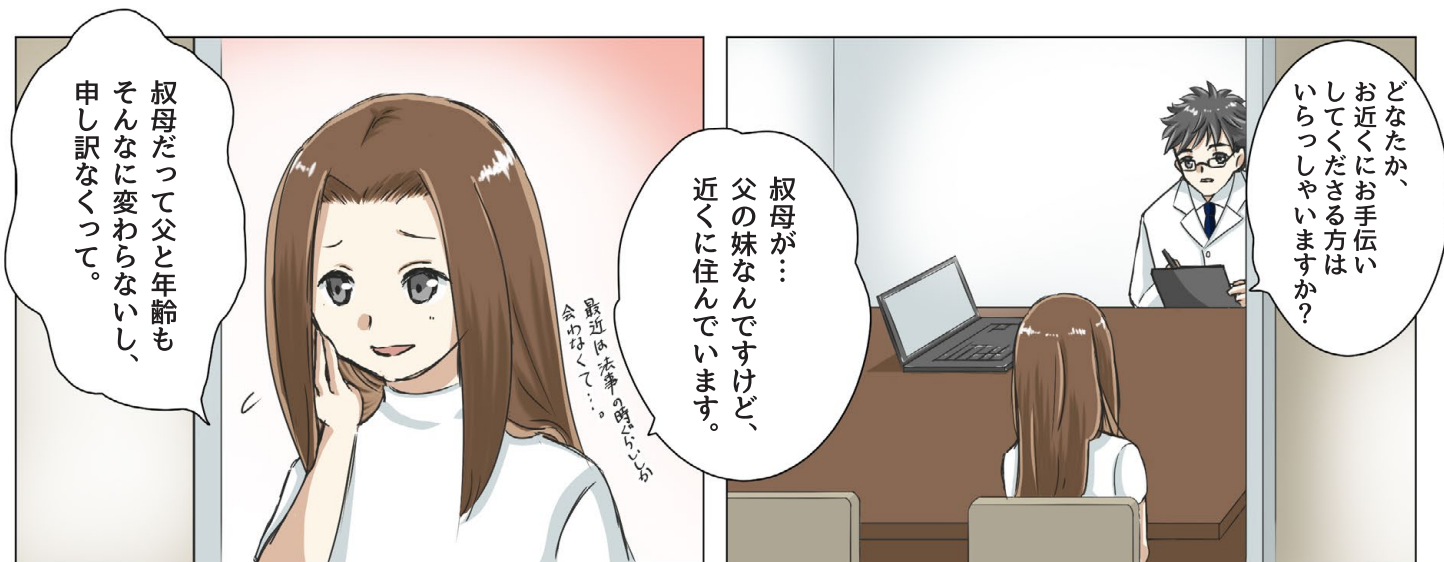
自分の身の回りのことはなんとかできるのですが、メモが覚えられなかったり、たまに買物でパニックになったりで...

それは心配ですね。

お一人でお子さんを育てられて立派ですね。大変なことも多かったでしょう。





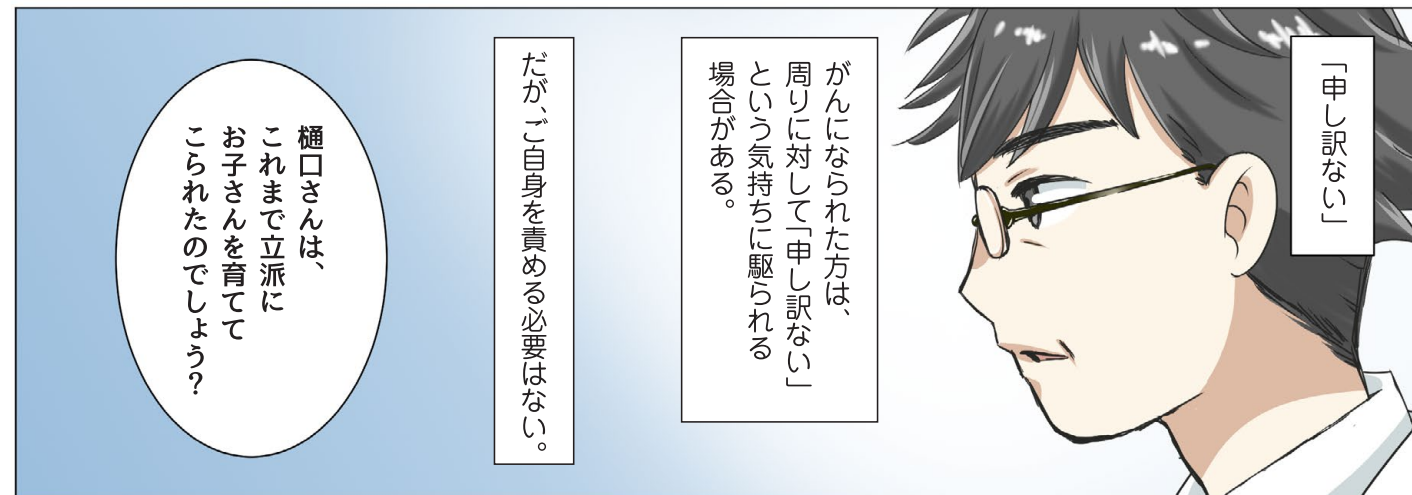


どなたか、お近くにお手伝いして下さる方はいらっしやいますか？

叔母が…父の妹なんですけど、近くに住んでいます。

最近はずっと、お会いして…  
会わなくて…

叔母だって父と年齢もそんなに変わらないし、申し訳なくって。

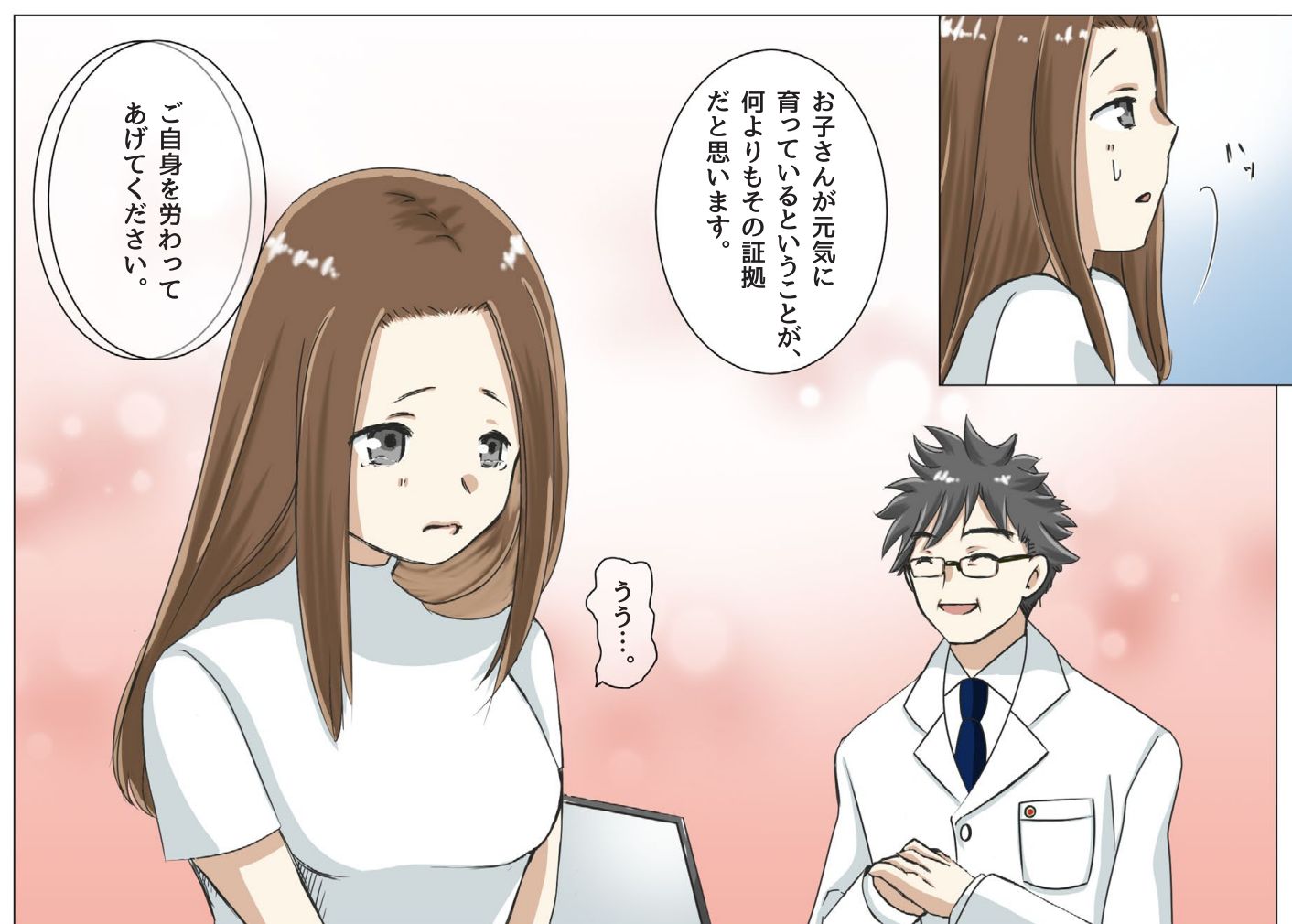


「申し訳ない」

がんになられた方は、周りに対して「申し訳ない」という気持ちに駆られる場合がある。

だが、ご自身を責める必要はない。

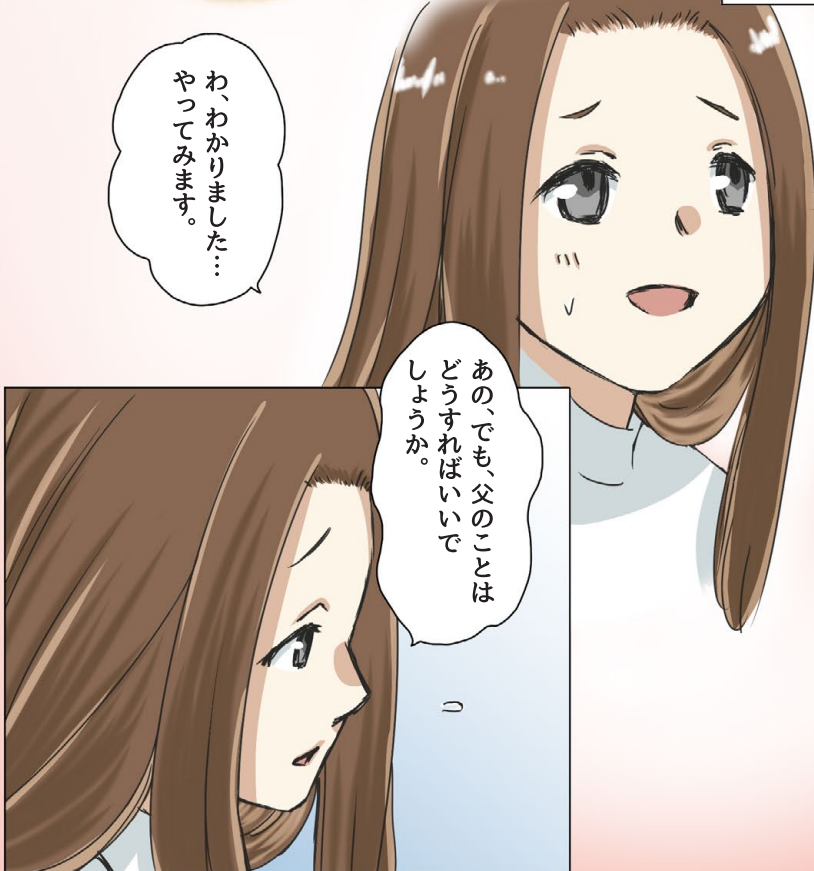
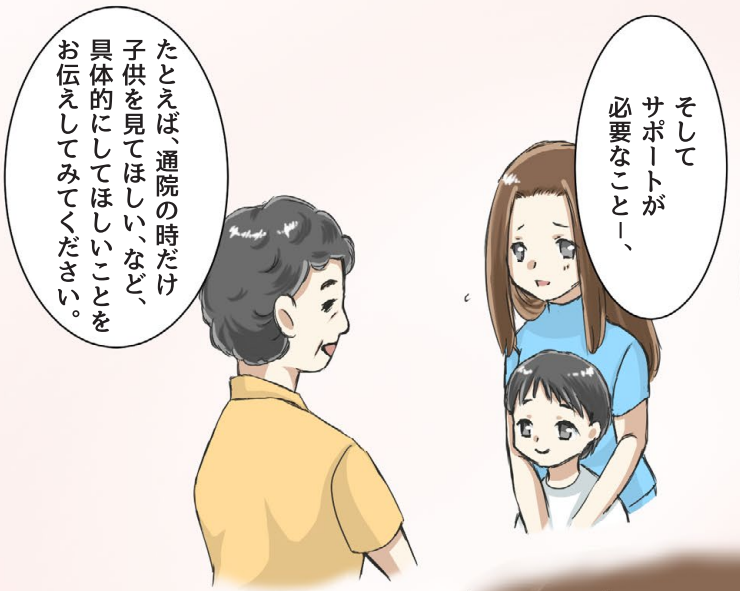
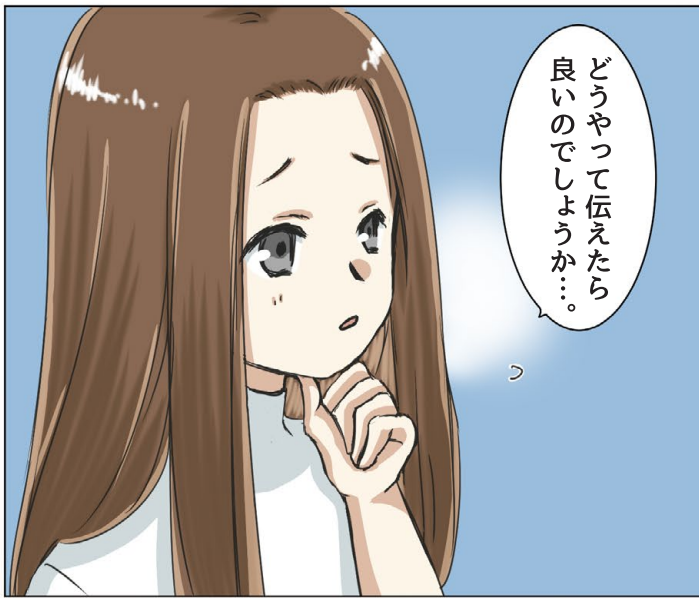
樋口さんは、これまで立派にお子さんを育ててこられたのでしょうか？



お子さんが元気に育っているということが、何よりもその証拠だと思えます。

ご自身を労わってあげてください。

うう…

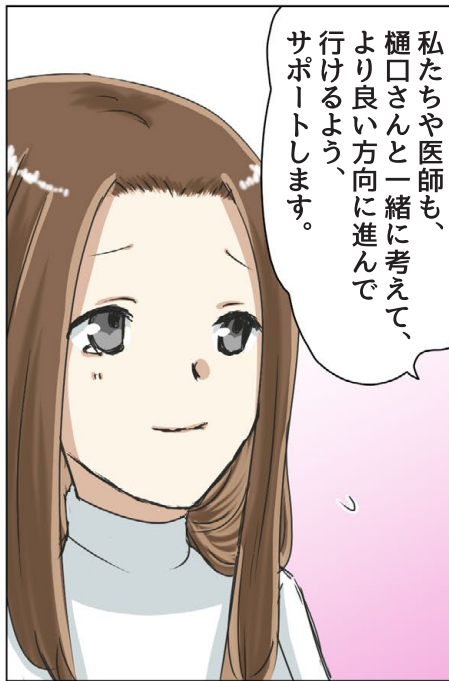




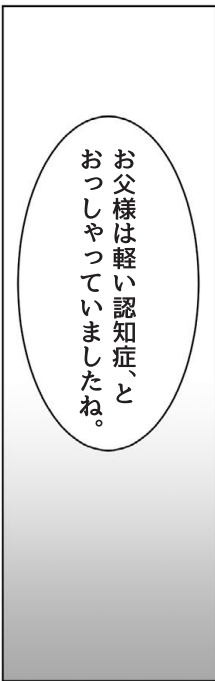


介護も含めて、家事、仕事、育児。すべてを完璧にこなす必要はありません。

そして、ひとりで抱え込む必要もないんですよ。



私たちや医師も、樋口さんと一緒に考えて、より良い方向に進んで行けるよう、サポートします。

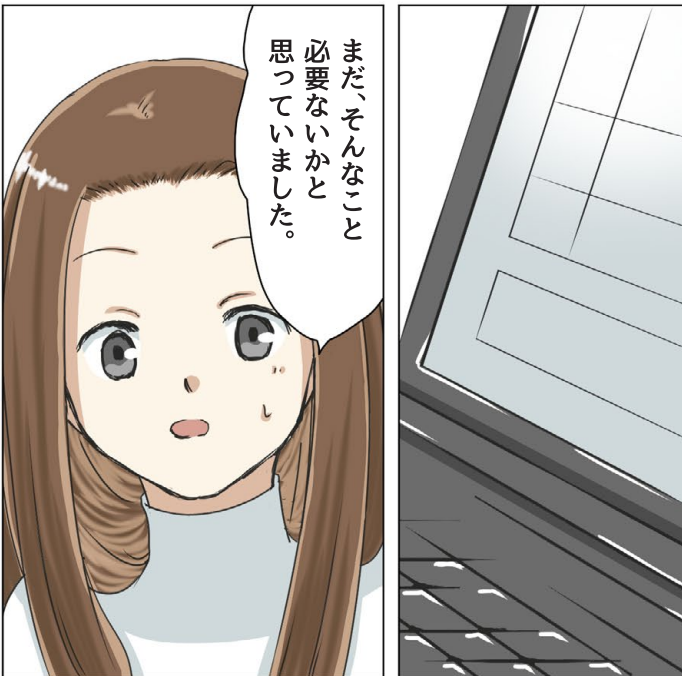


お父様は軽い認知症、とおっしゃっていましたね。

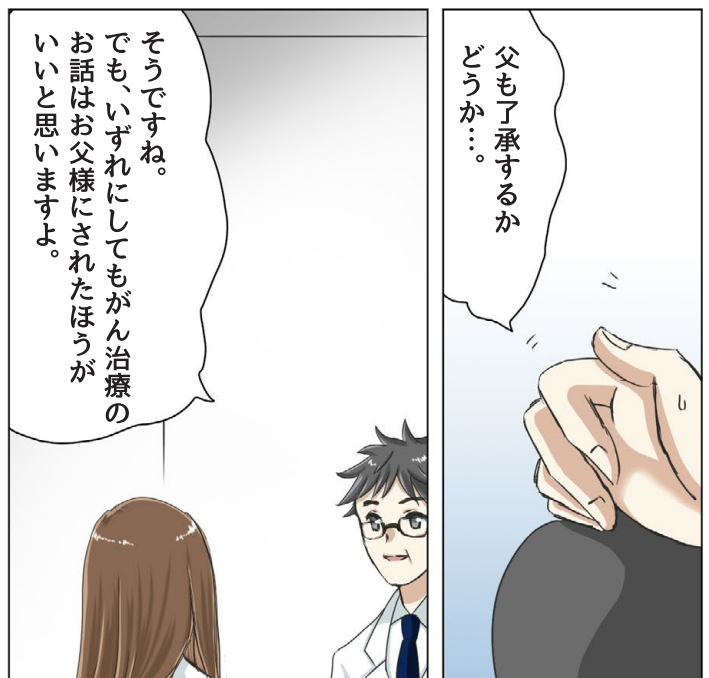


あくまで参考なのですが、

仮にもし、なんらかのサポートが必要と判断された場合、介護認定が受けられるんですよ。



まだ、そんなこと必要ないかと思っていました。



父も了承するかどうか…。

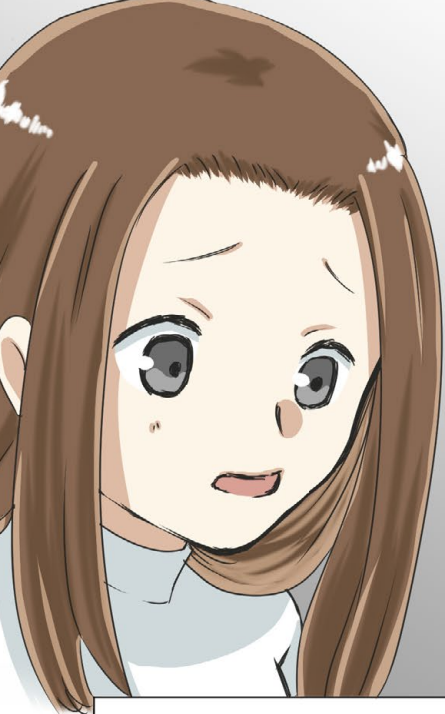
そうですね。でも、いずれにしてもがん治療のお話はお父様にされたほうが良いと思いますよ。



その時に、お父様のお気持ちもお聞きになってみてはいかががでしょうか。

介護に関する相談もできます。一度お住まいの地域包括支援センターに確認してみるといいかもしれません。





…じつは、仕事のこと  
なんですけど…。  
長期的に休むのはちょっと…。

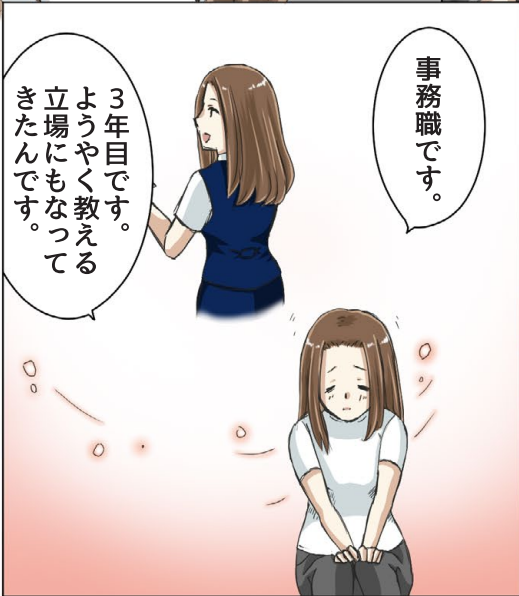


治療って…  
やっぱり1日中  
かかりますよね…？  
入院とかも  
ありますよね…？



お仕事は何を？

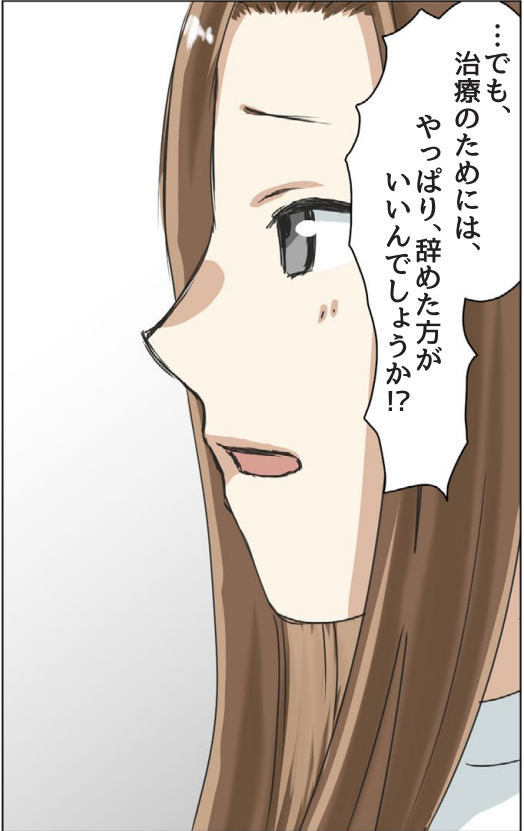
「仕事とがん治療の両立」  
働き世代ががんにかかった時の  
大きな問題だ。



事務職です。  
3年目です。  
ようやく教える  
立場にもなっ  
てきたんです。



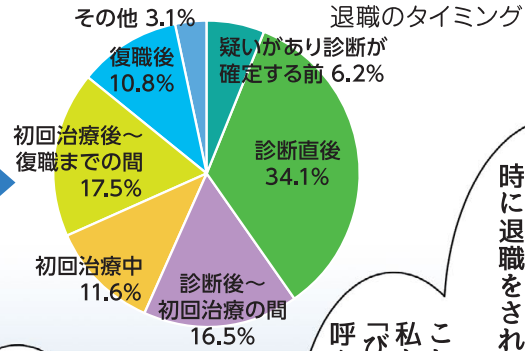
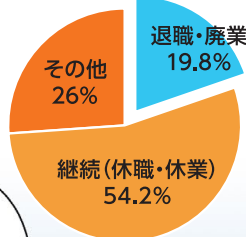
ご自身の治療と仕事、  
そこに育児やご家族の介護を  
抱えていらっしゃるの、  
大変難しい問題ですね。



…でも、  
治療のためには、  
やっぱり、辞めた方が  
いいんでしょうか!?

# がん患者の退職タイミング

がん診断時に就労中であった患者の19.8%が退職



これを、医師や私たちのあいだでは「びっくり離職」と呼んでいます。

就労中にがんと診断され、退職した方のうち、約34%の患者さんが、診断確定した時に退職をされています。

こちらを御覧ください。

びっくり離職…?

はい。

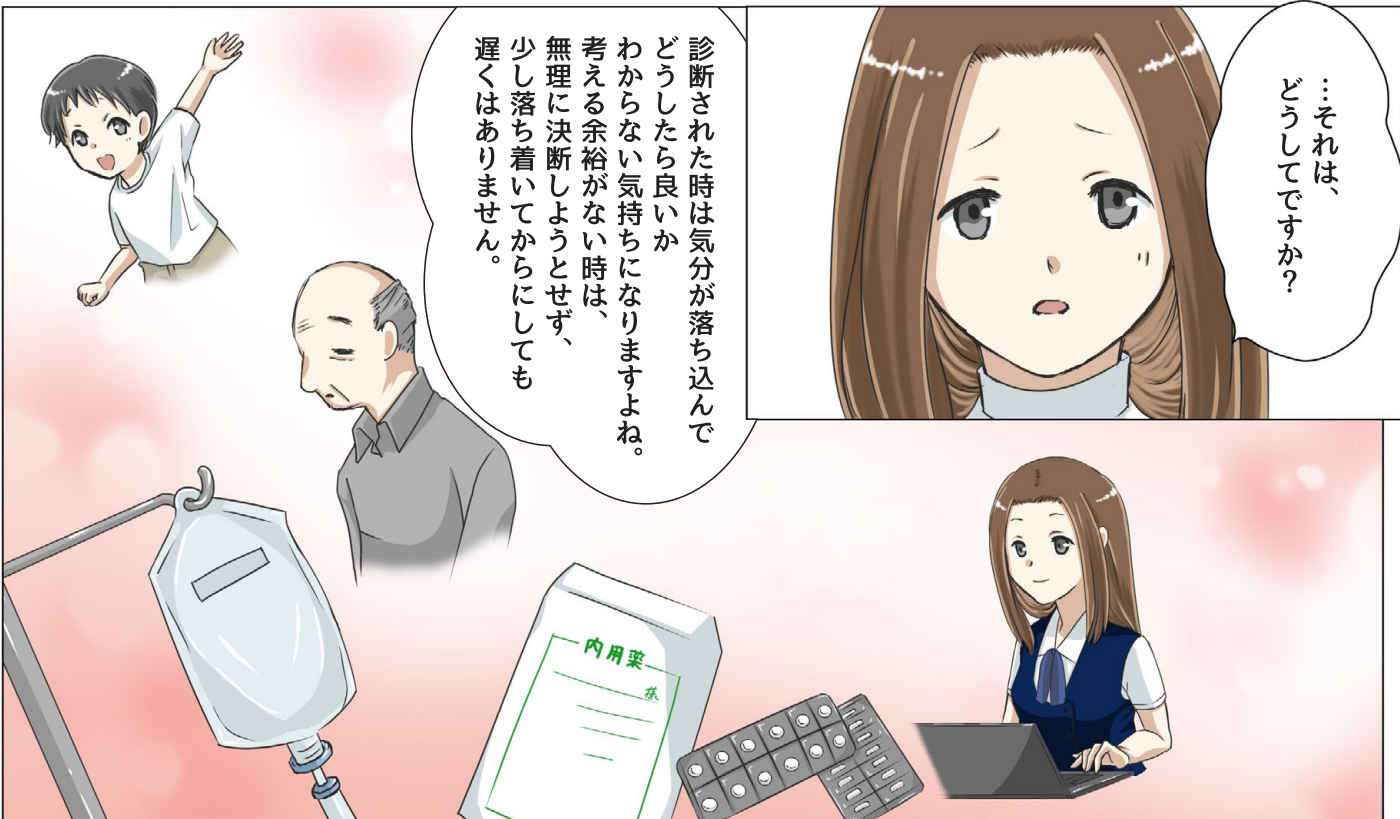
突然がんを診断され、気持ちが落ち込んでしまったり、冷静な判断ができなくなってしまう時に、つい、焦って退職を決めてしまうことを、私たちはそう呼んでいるんです。

大切な決断は急がない。そして十分に相談してから決める。

ですが、相談にいらっしやる方には、私たちは「大切な決断は急がないこと」「十分に相談してから決めること」をお伝えしています。

…それは、どうしてですか？

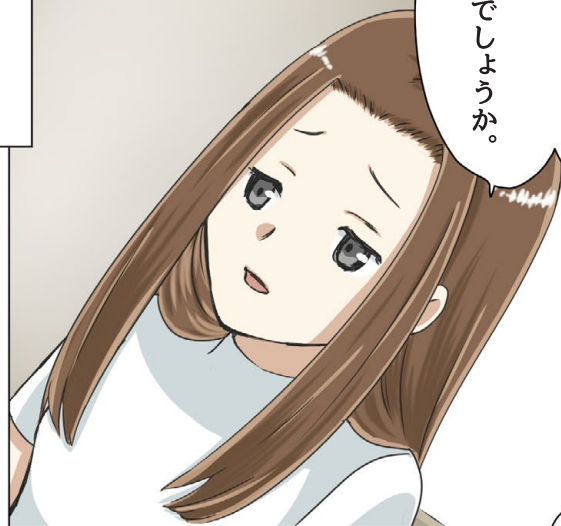
診断された時は気分が落ち込んでどうしたら良いかわからない気持ちになりますよね。考える余裕がない時は、無理に決断しようとせず、少し落ち着いてからにしても遅くはありません。





そもそも  
治療しながら  
仕事って…

両立…  
できるんでしょうか。



はい。近年は肺がんの  
治療が発展し、お仕事を  
辞めずに治療を続ける方が  
増えていることは事実  
なんですよ。



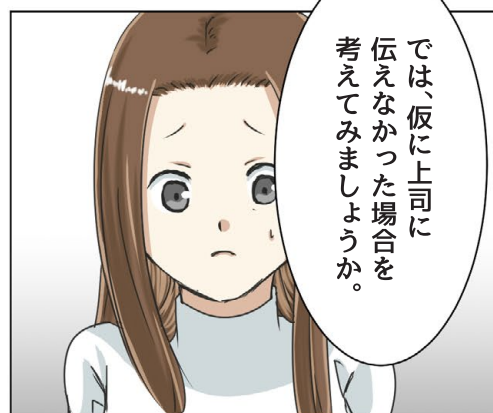
ああ…でも上司に…  
上司には言うべきで  
しょうか。



伝えるか、伝えないか、  
誰にどう伝えるか！

これも皆さん  
悩まれることのひとつですね。

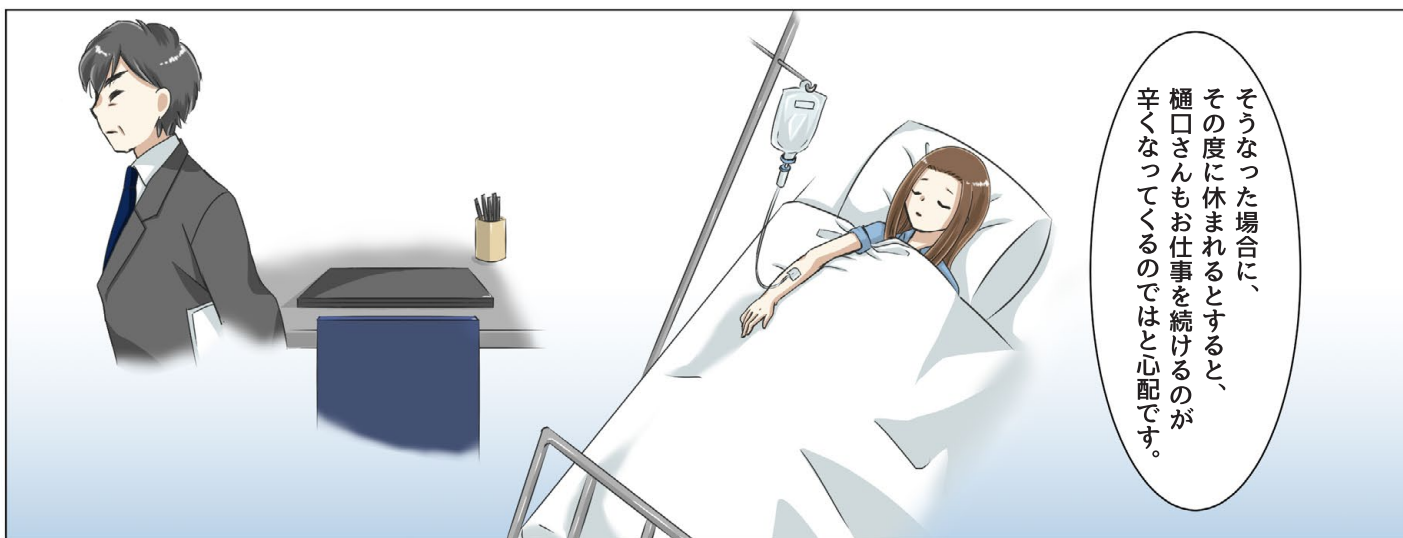
では、仮に上司に  
伝えなかった場合を  
考えてみましょうか。



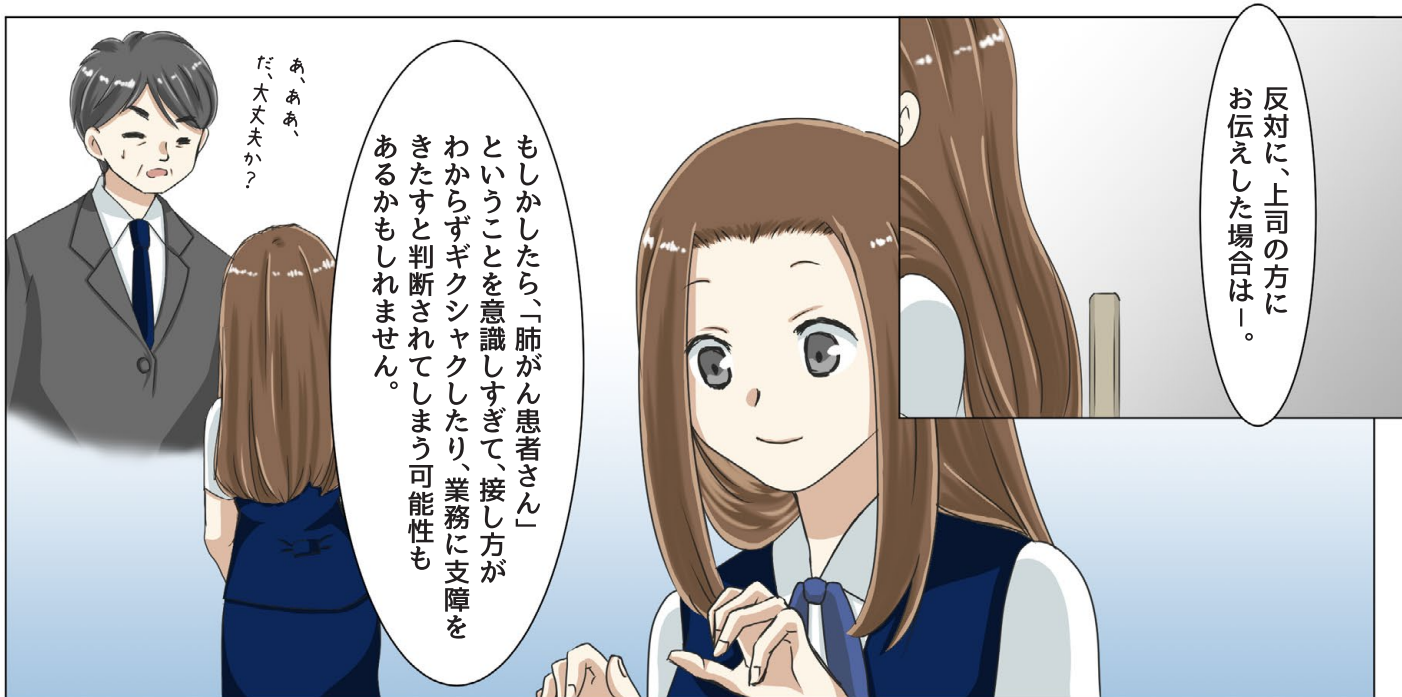
これからの治療は、  
長期的な時間を必要とする  
場合も多いです。



そうなった場合に、  
その度に休まれるとすると、  
樋口さんもお仕事を続けるのが  
辛くなってくるのではと心配です。







反対に、上司の方に  
お伝えした場合は！。

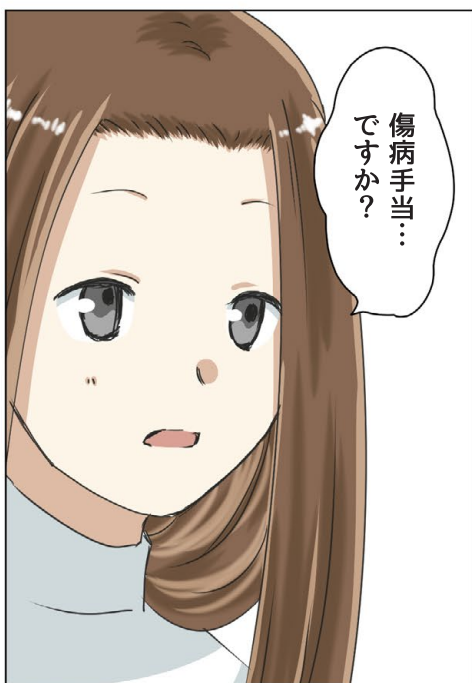
もしかしたら、「肺がん患者さん」  
ということを意識しすぎて、接し方が  
わからずギクシヤクしたり、業務に支障を  
きたすと判断されてしまう可能性も  
あるかもしれません。

あ、ああ、  
だ、大丈夫か？



ですが、具体的に治療とお休みの  
見込みや、何に配慮すると良いかが  
わかると、治療をしながらお仕事が  
続けられるよう考えてくださる  
かもしれません。

そうですね…。



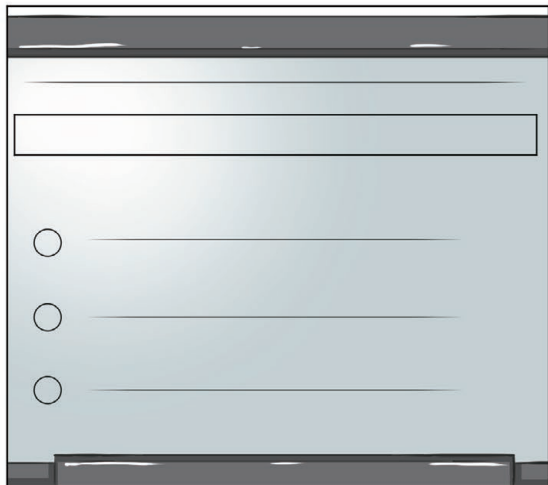
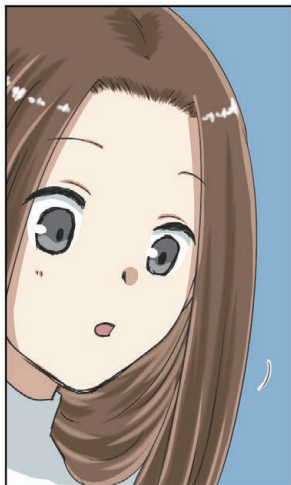
傷病手当…  
ですか？



傷病手当というのを  
ご存知ですか？



そしてもう一つ。



はい、会社に病気を伝える  
する事のメリットの一つは、  
公的な制度の活用も含めて  
相談できることだと思います。

給与の約2/3が通算して  
1年6ヶ月支給されるんです。

出勤	欠勤	出勤	欠勤	出勤	欠勤
----	----	----	----	----	----

▲  
支給

▲  
支給

▲  
支給

**通算1年6ヶ月まで支給**

※対象は2020年7月2日以降に受給を開始した人

傷病手当は、病気休養中に  
被保険者とその家族の生活を  
保護するために設けられた  
公的な制度です。

健康保険に加入されている  
樋口さんならもちろん  
資格があります。

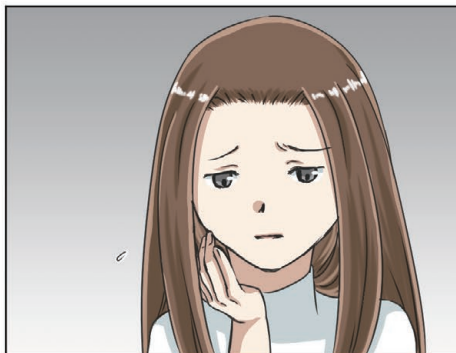


どうでしょうか。  
お勤め先に  
一度確認してみてもいい  
かもしれません。

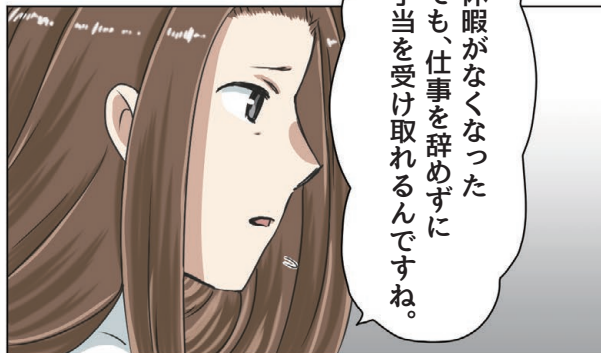
**傷病手当をもらうための条件**

- 1 業務外の事由による病気やケガの療養のための休業であること
- 2 仕事に就くことができないこと
- 3 連続する3日間を含み4日以上仕事に就けなかったこと
- 4 休業した期間について給与の支払いがないこと

条件がありますが、  
検討する価値がある  
と思いますよ。



うーん...  
そのためには上司に  
相談しないと  
いけないですね。



有給休暇がなくなった  
としても、仕事を辞めずに  
傷病手当を受け取れるんですね。





そうですね…。

判断は、樋口さんがこれから受ける治療法にもよりますよね。

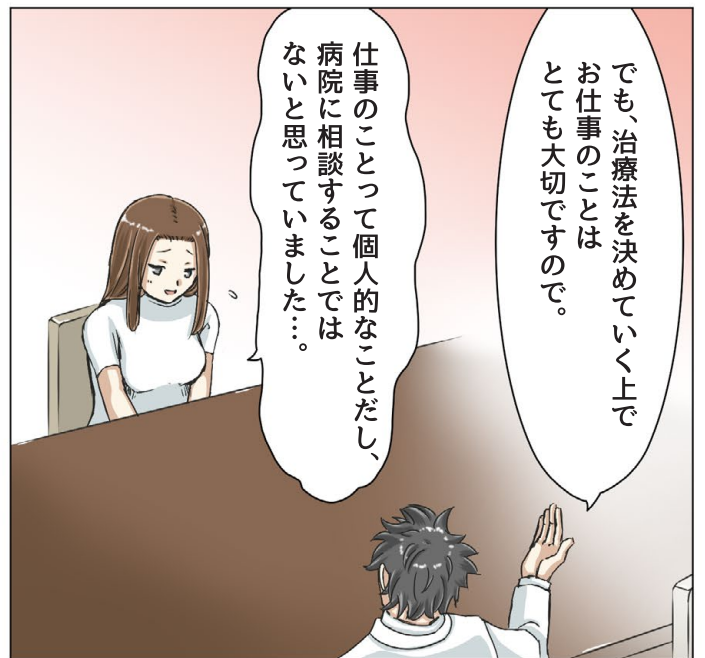
どれだけ勤務状況に影響が出るのか、などで判断も違ってくるかもしれません。

こういったことは、  
医師に相談することも  
一つなんですよ。

患者さんはお仕事のことを  
お医者さんに相談するのは  
ためらわれる傾向が  
あるんです。

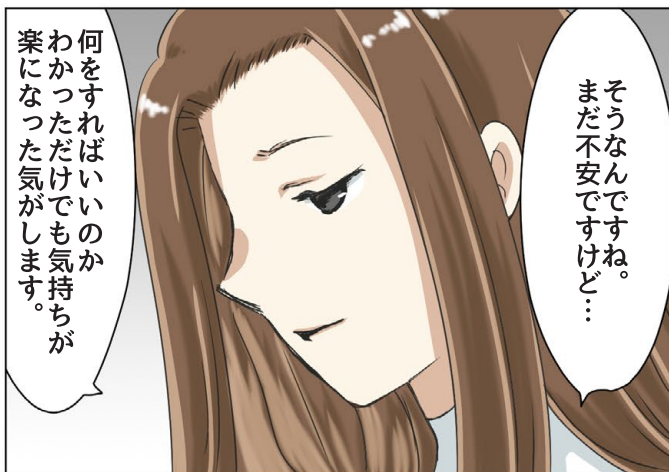


医師も患者さんの仕事のことを  
気にかけていますよ。



でも、治療法を決めていく上で  
お仕事のごことは  
とても大切ですので。

仕事のことって個人的なことだし、  
病院に相談することでは  
ないと思っていました…。



そうなんです。ね。  
まだ不安ですけど…

何をすればいいのか  
わかっただけでも気持ち  
楽になった気がします。

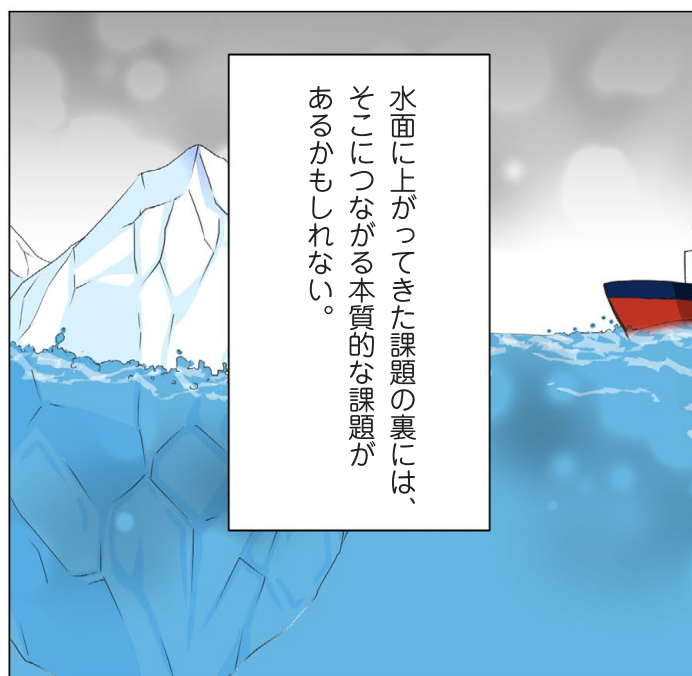


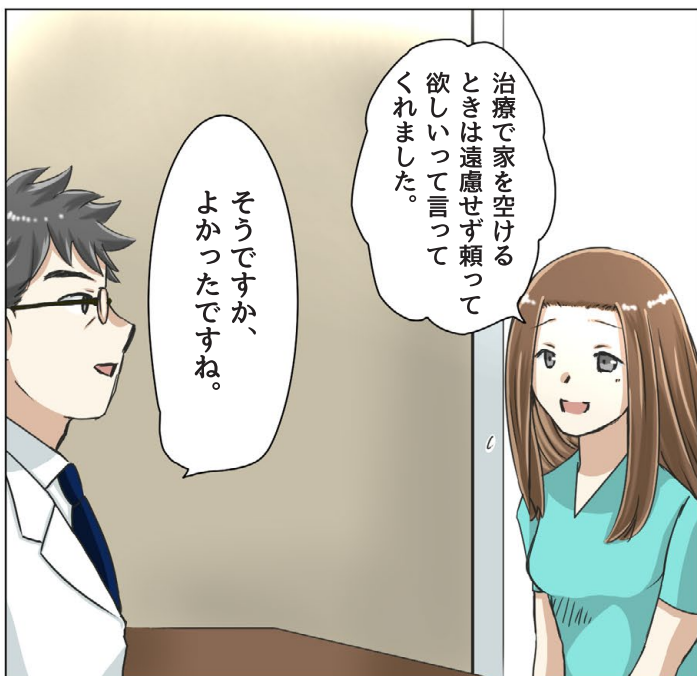
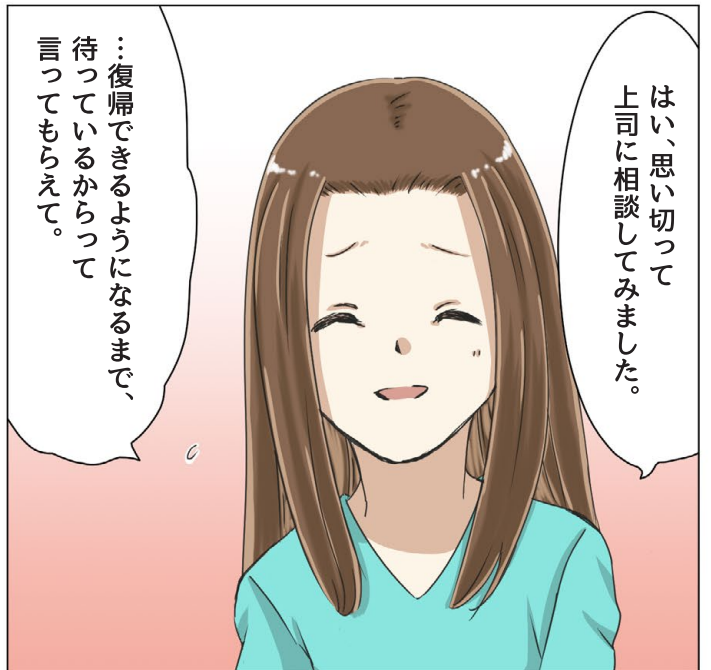
支援センターにつないで  
いただき、私たちが必要に  
応じて、さらにそれぞれの  
専門家につなげるように  
しているんですよ。



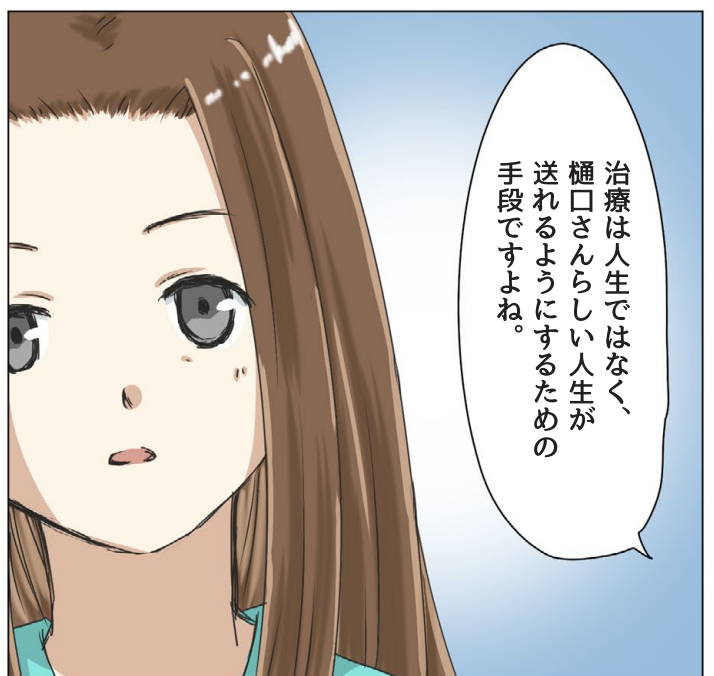
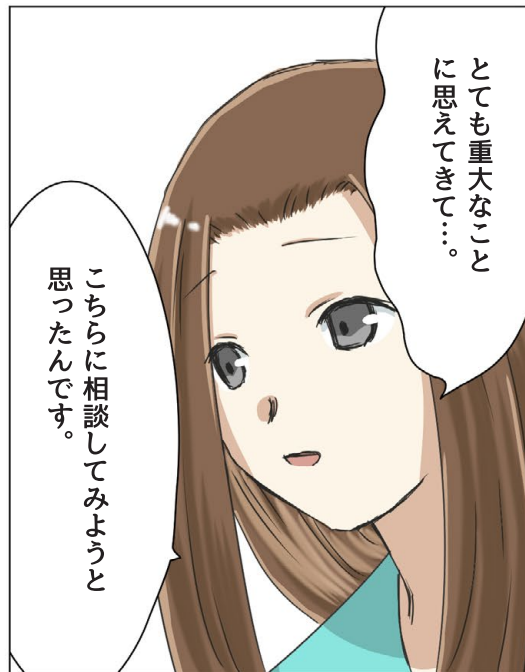
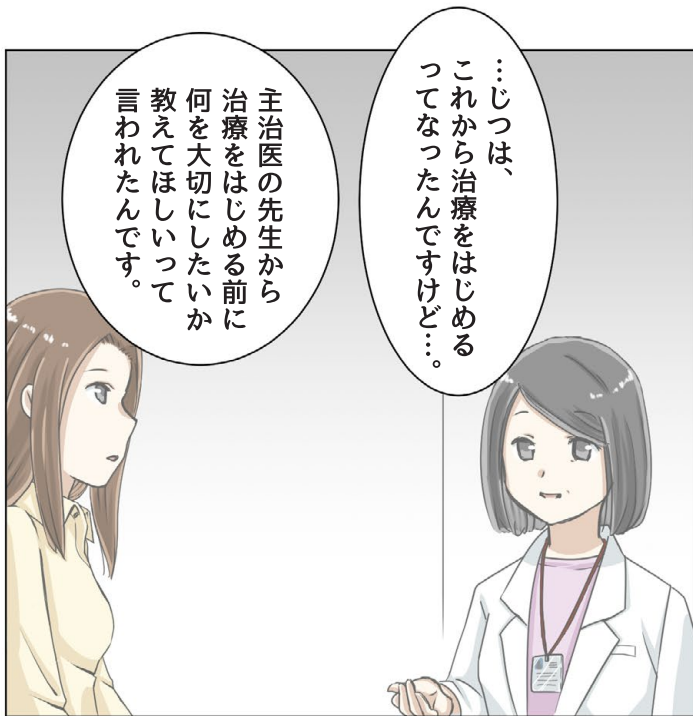
ありがとうございました。

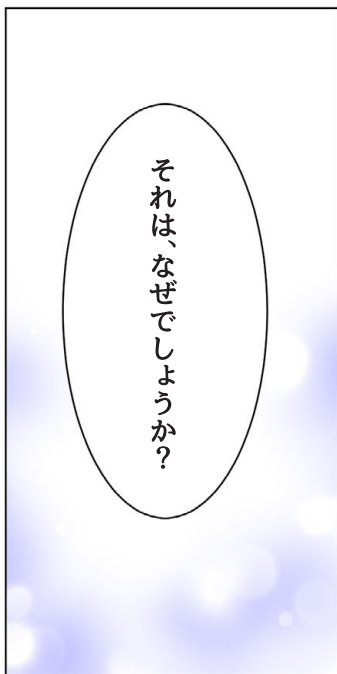




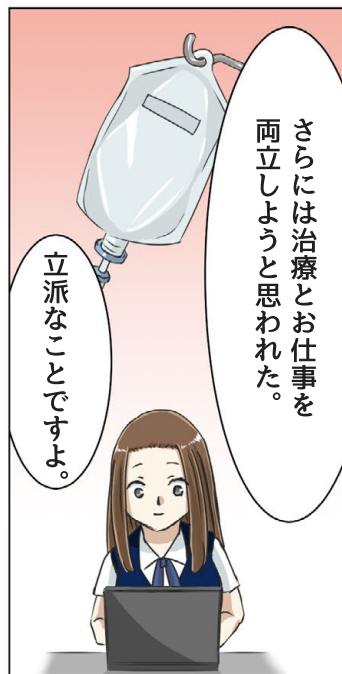








それは、なぜでしょうか？

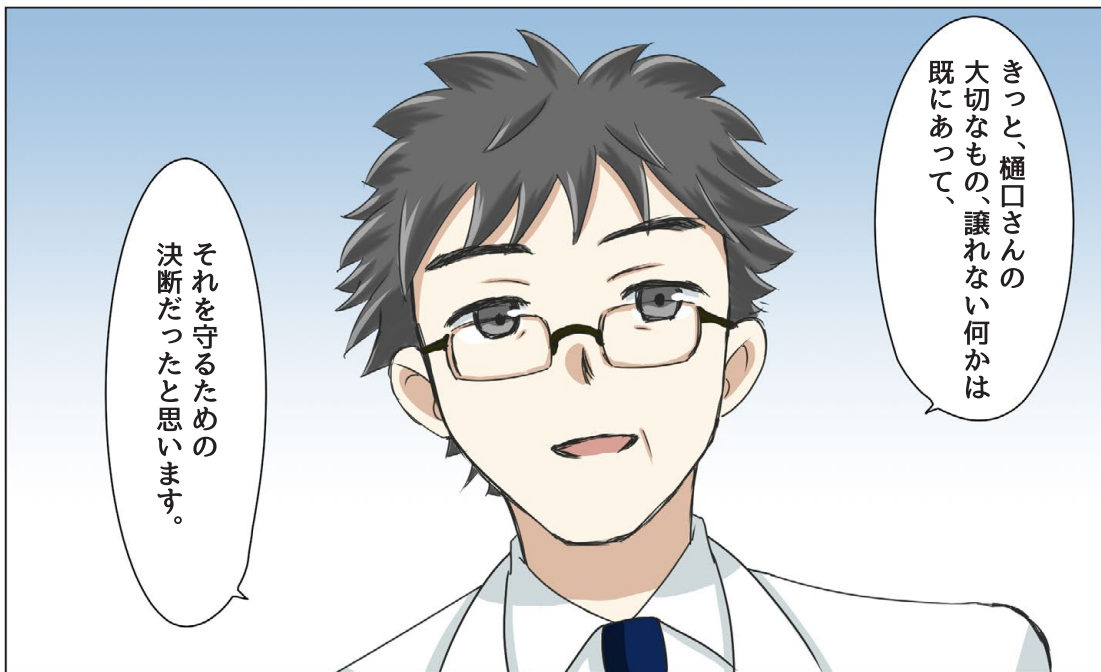


さらには治療とお仕事を  
両立しようと思われた。

立派なことですよ。

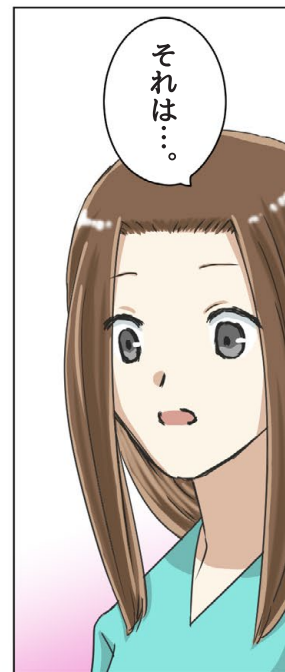


そして、制度を活用し、  
周りの方のサポートを  
受けながら進んで行こうと  
思われた。

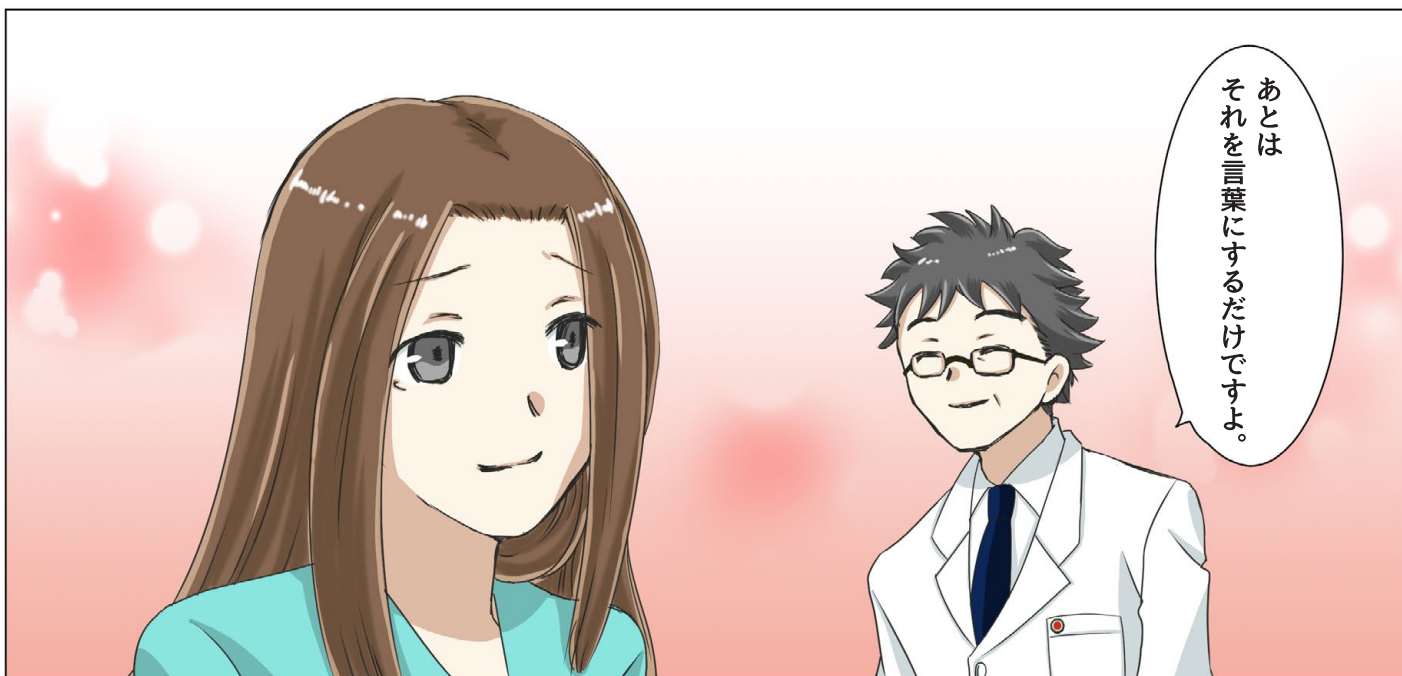


きっと、樋口さんの  
大切なもの、譲れない何かは  
既にあって、

それを守るための  
決断だったと思います。

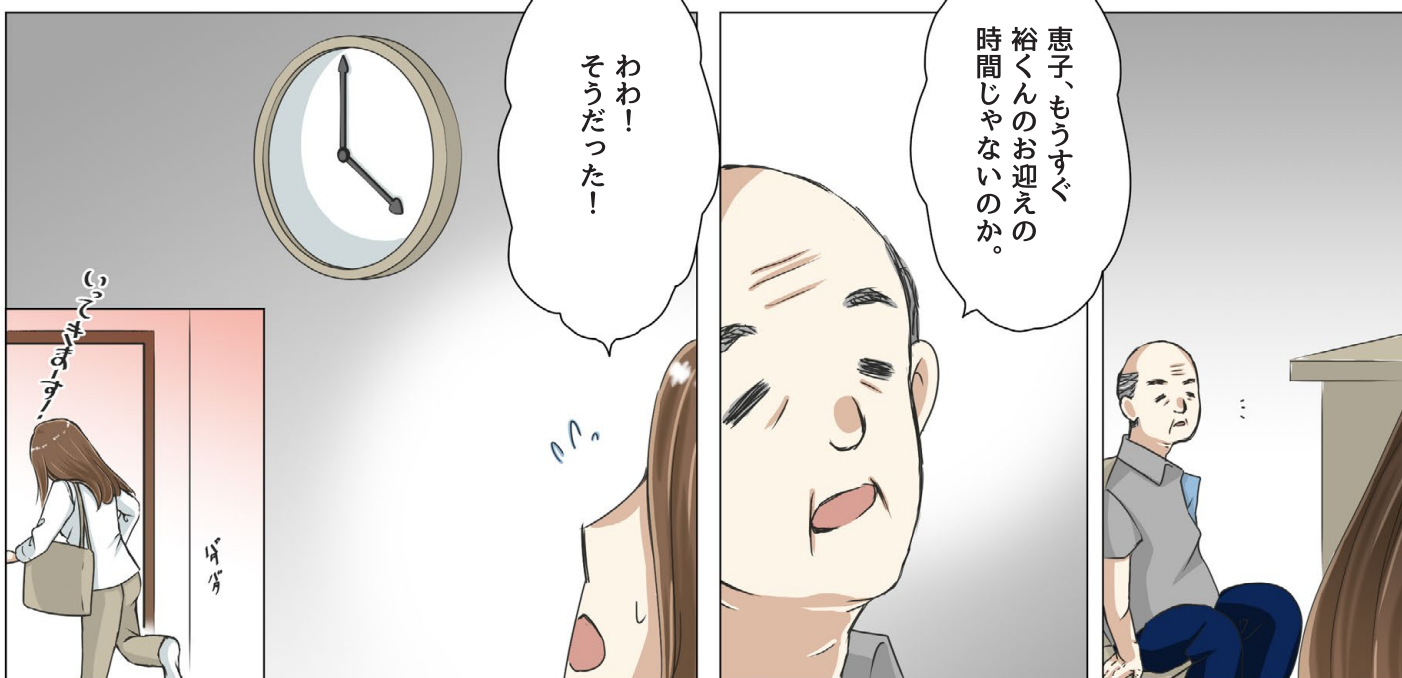
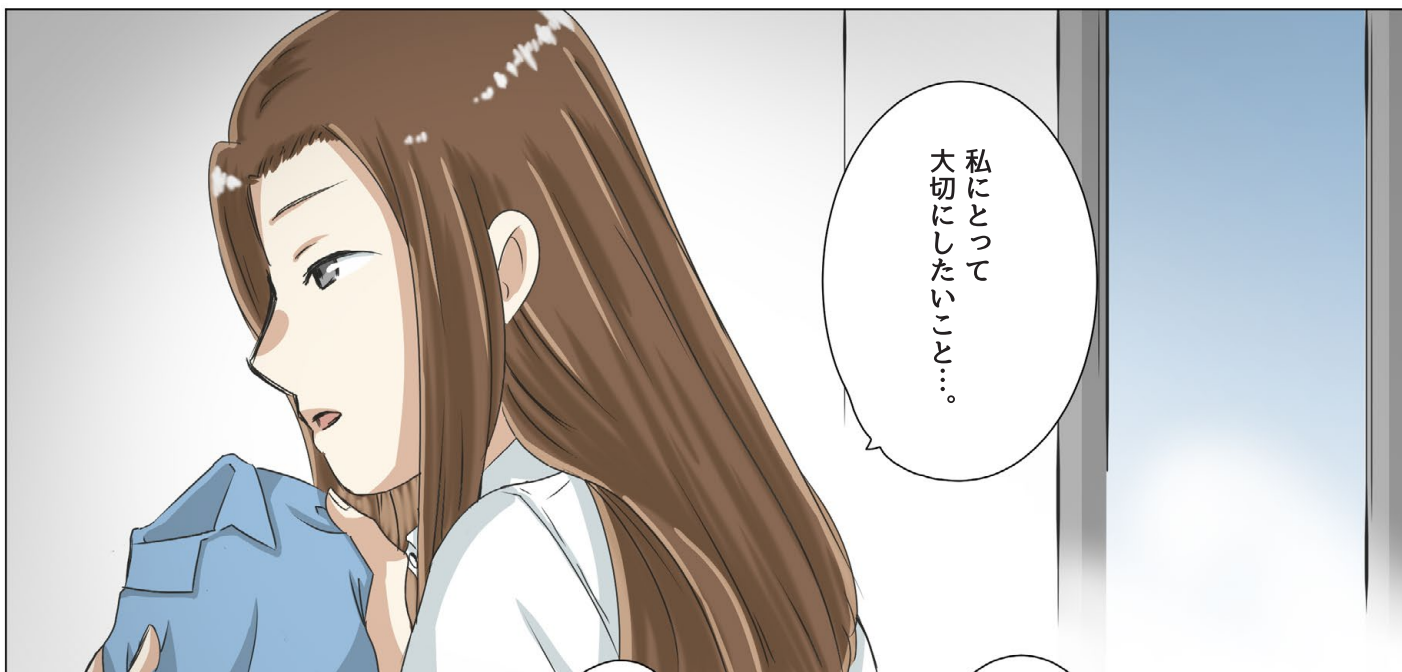
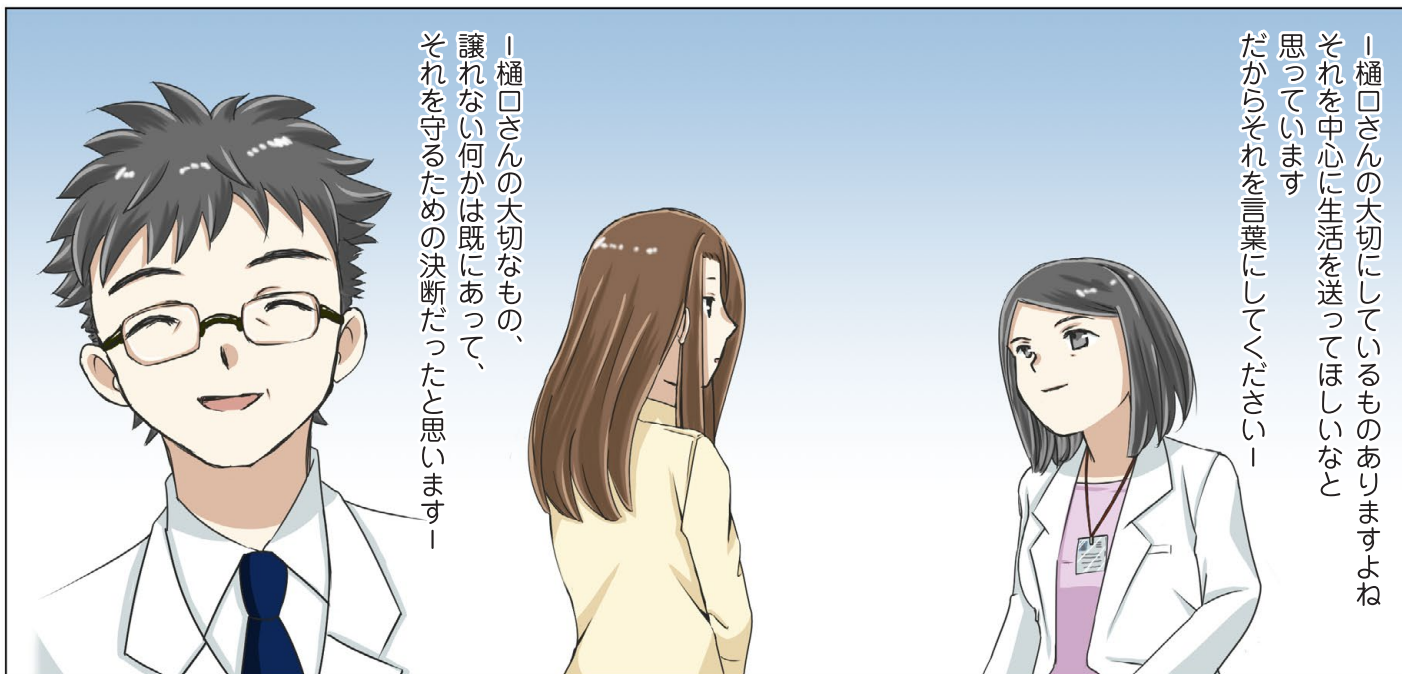


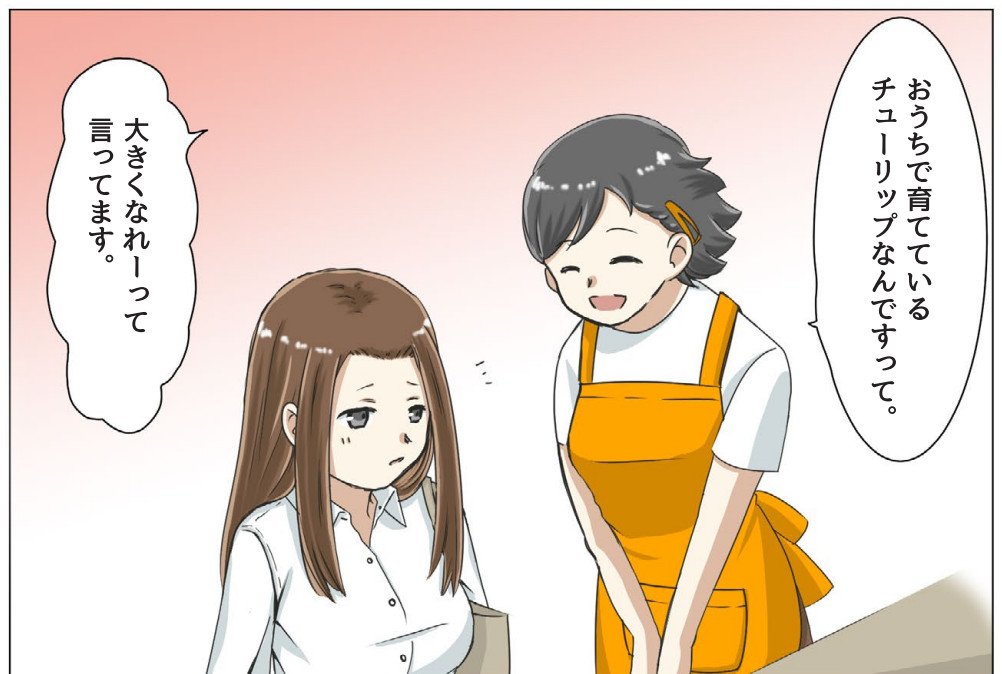
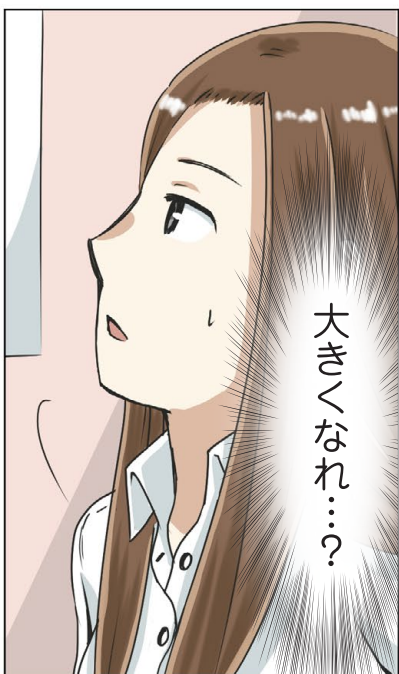
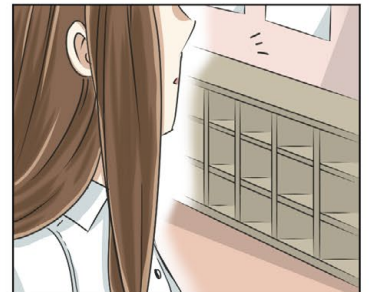
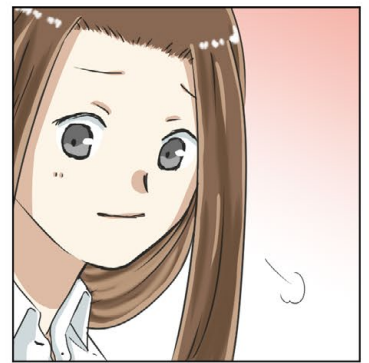
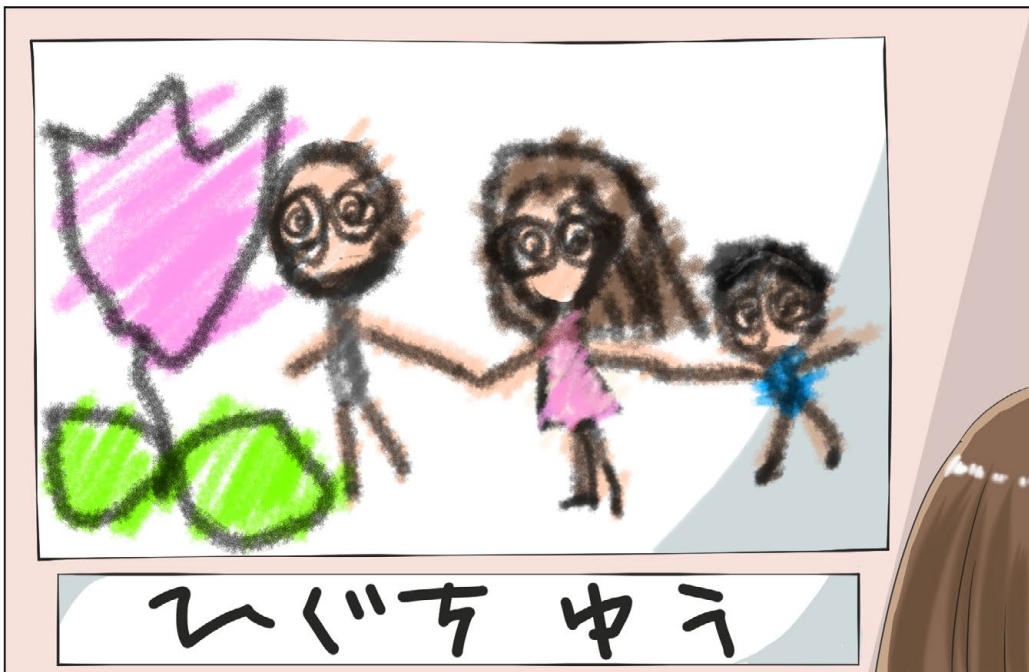
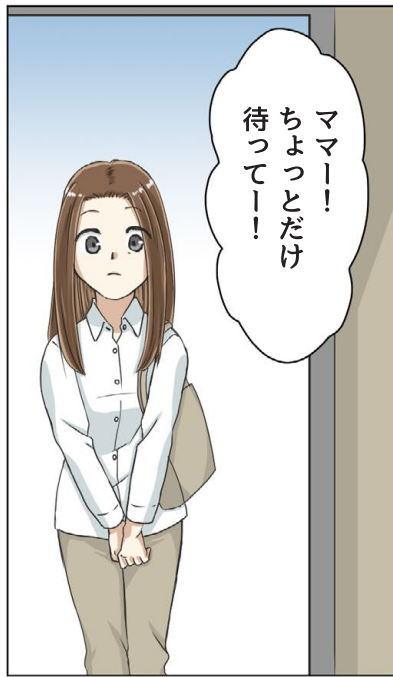
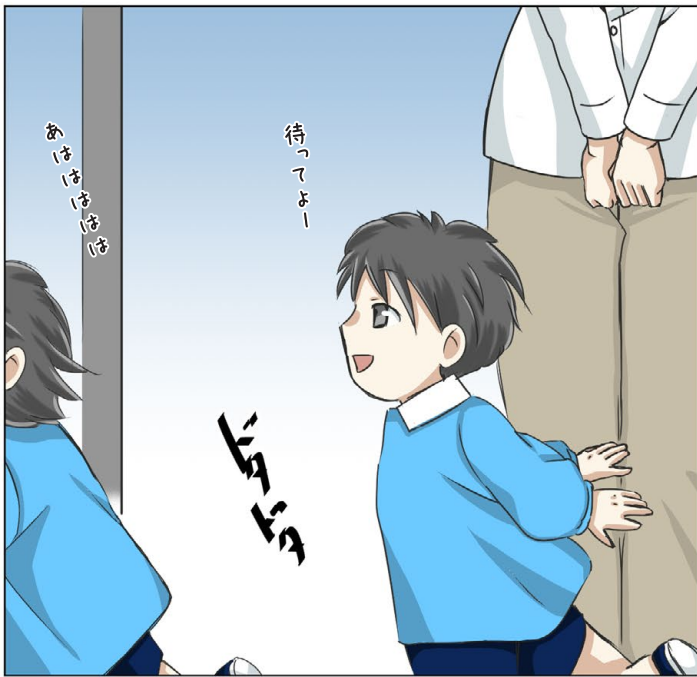
それは…。



あとは  
それを言葉にするだけです。





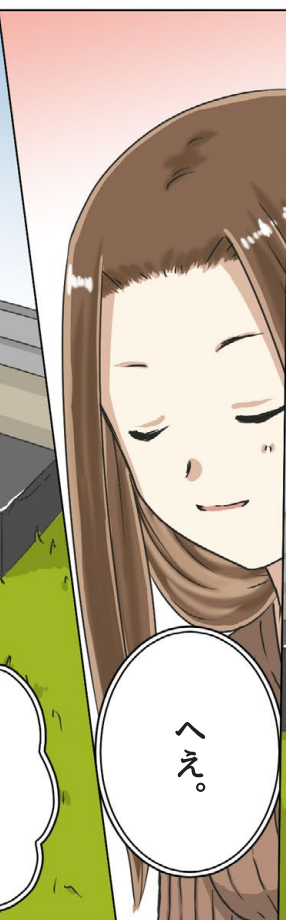






よーし、  
じゃあ植えよう。

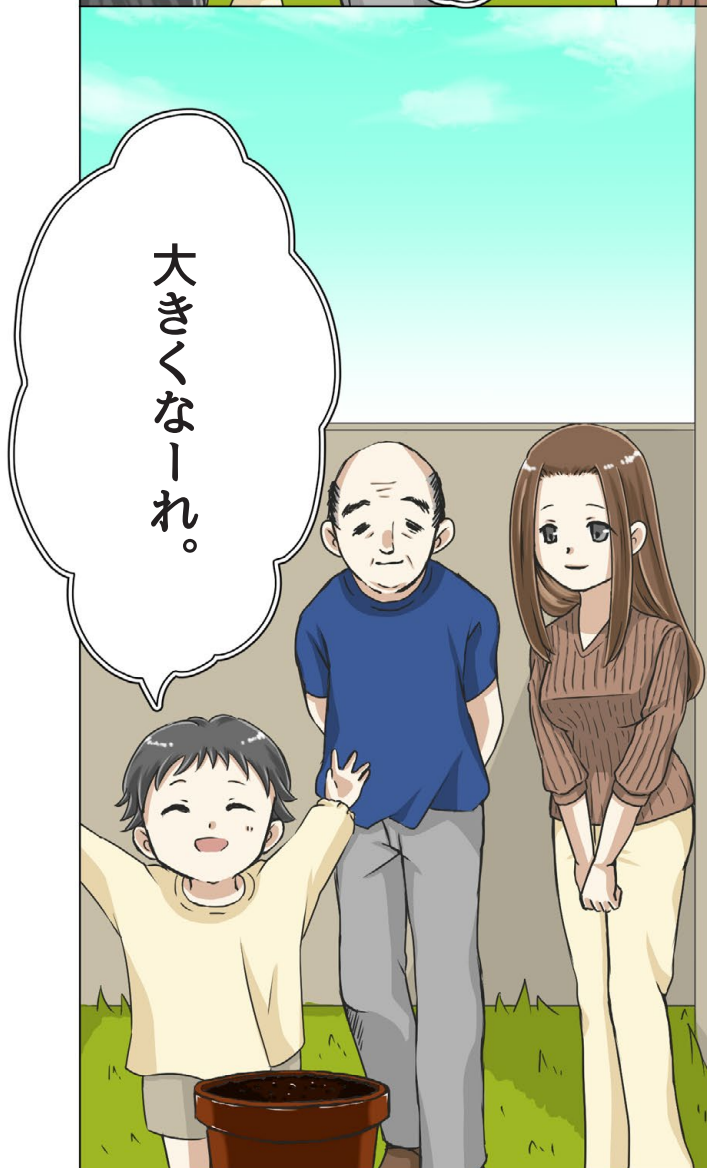
ワァー!



へえ。



ねえ、ママ  
チューリップの  
きゆうこんもらったんだ!  
きゆうこんだよ。

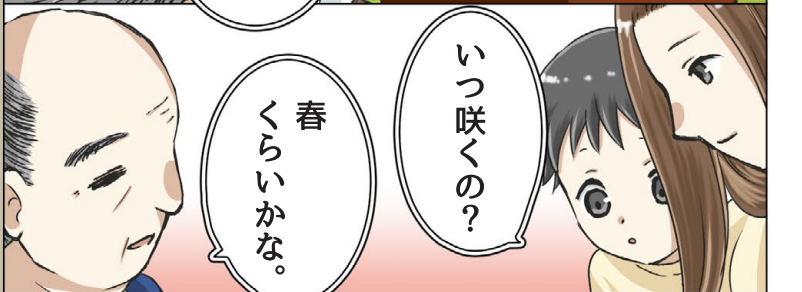


大きくなーれ。



いいよ。

これでいい?

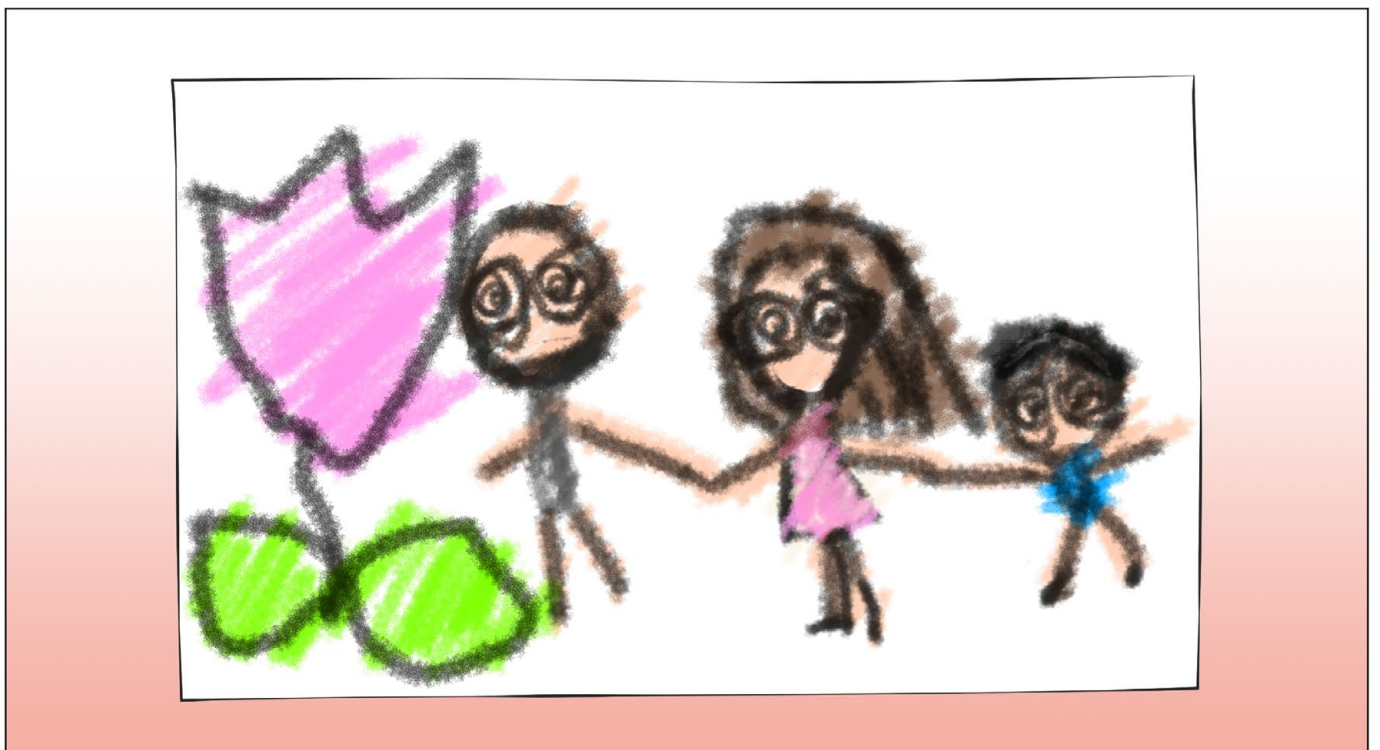
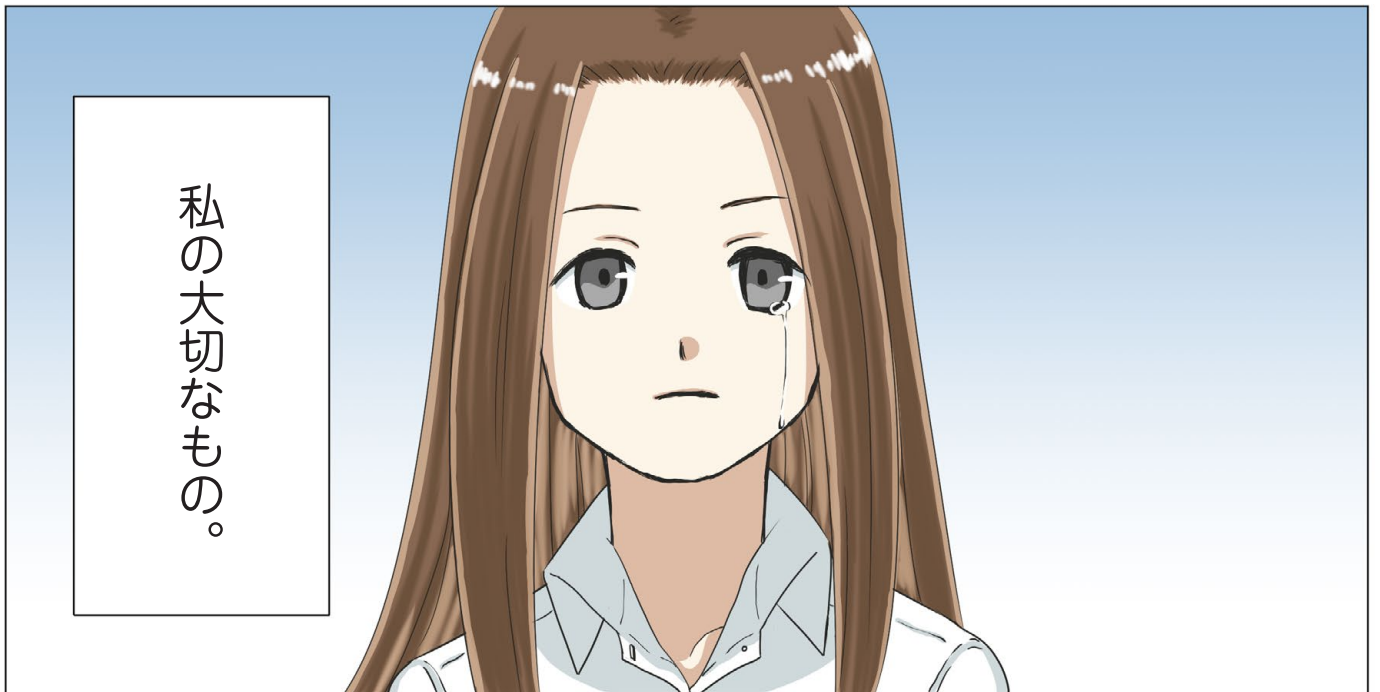
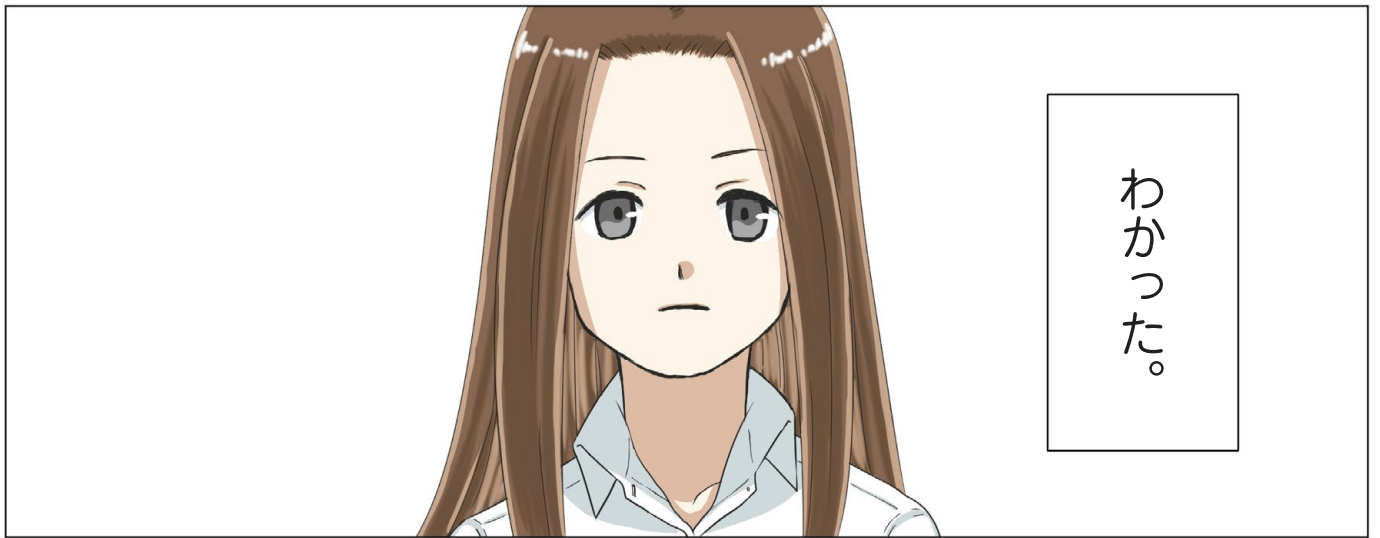


春  
くらいかな。

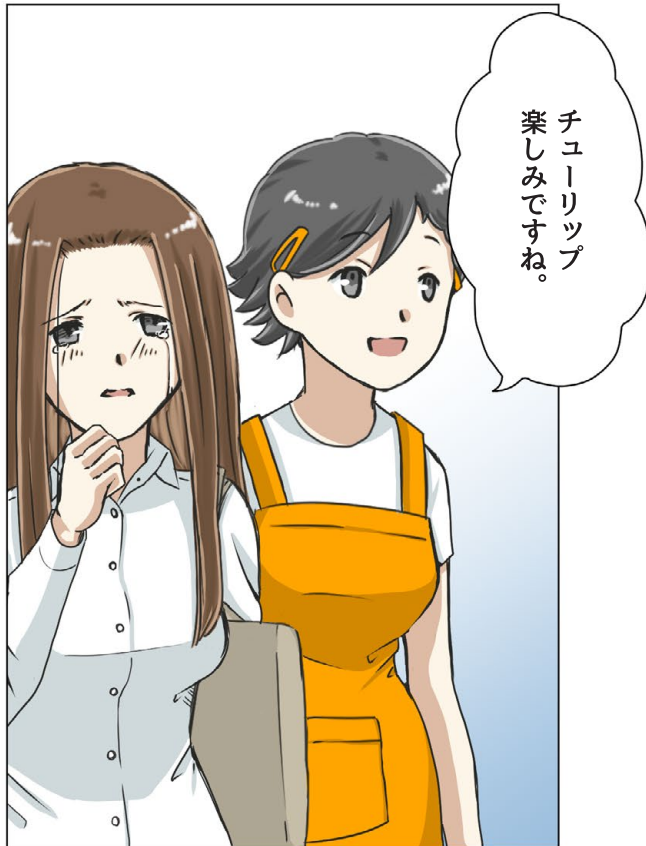
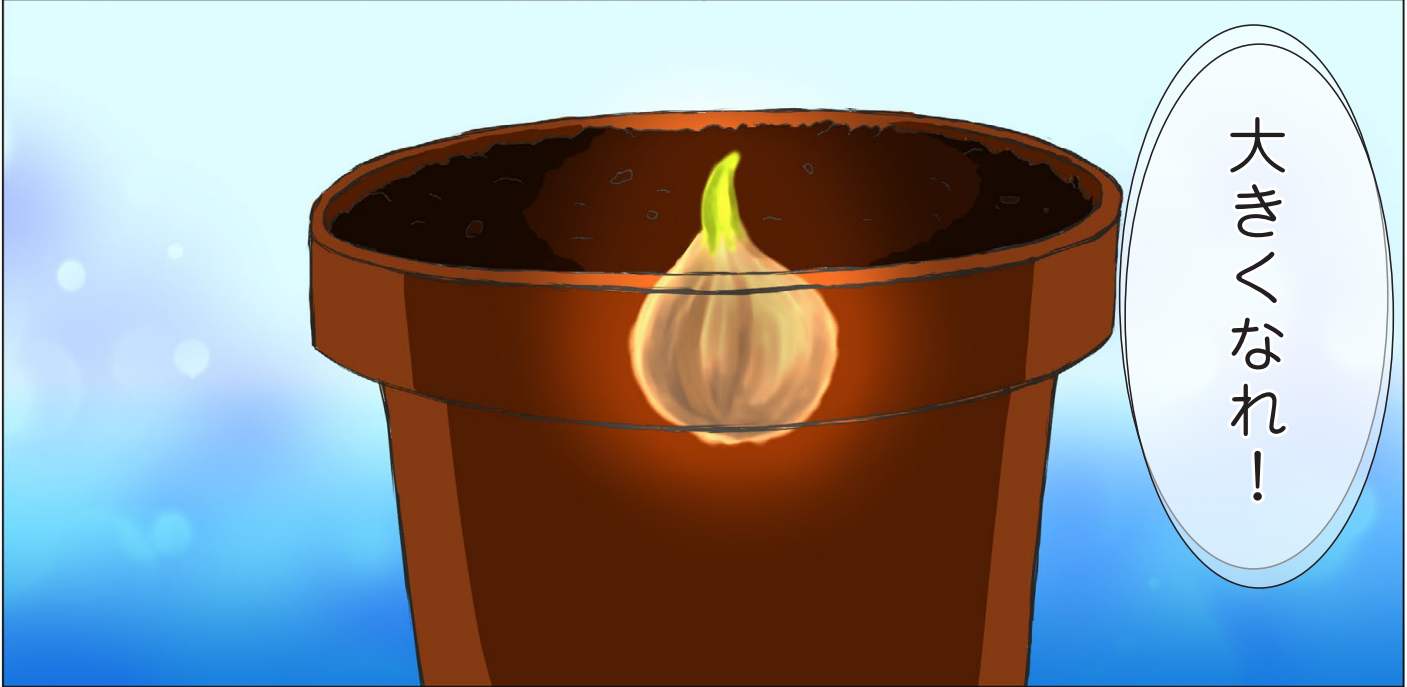
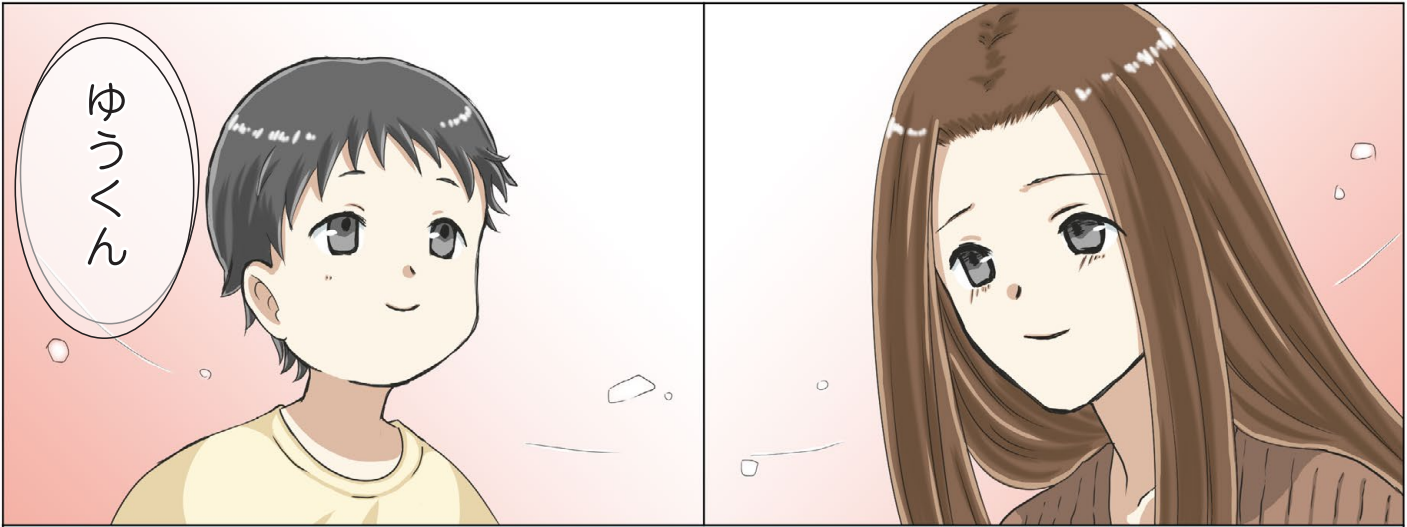
いつ咲くの?

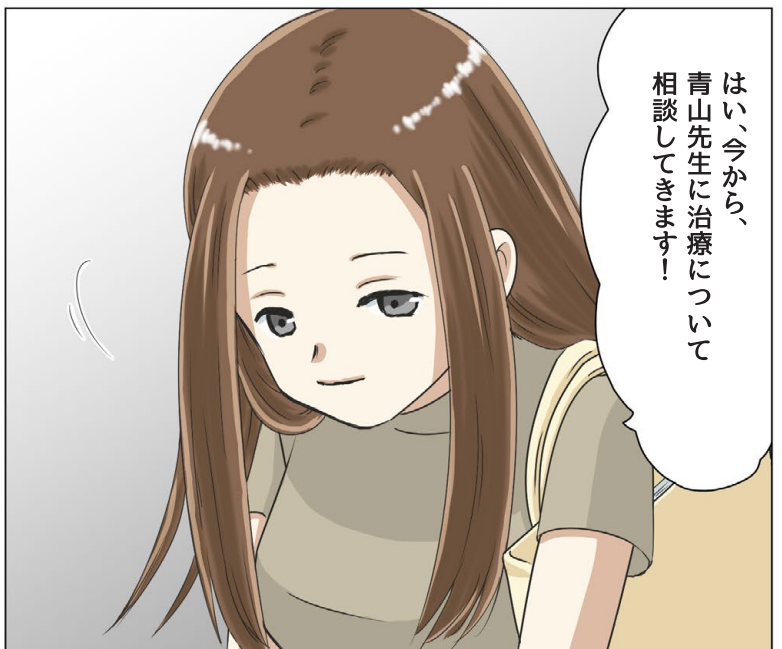
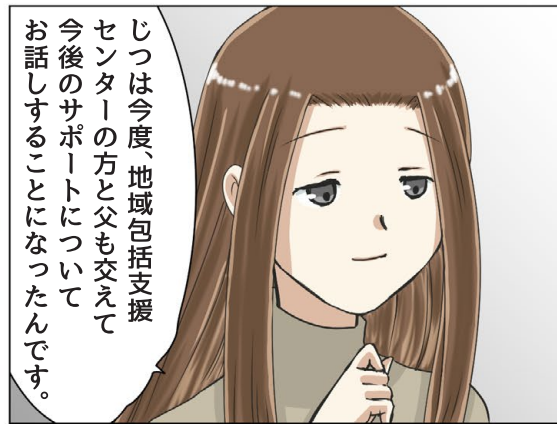
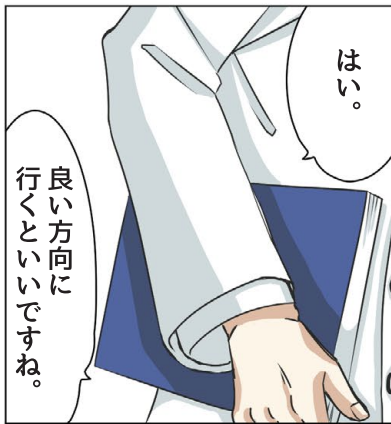
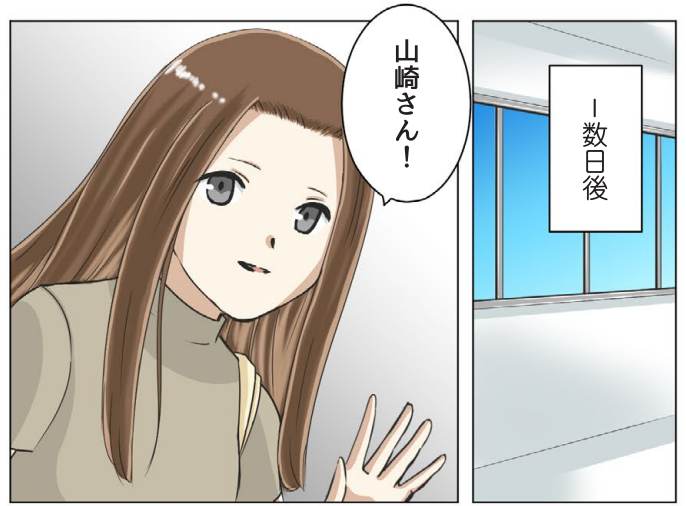
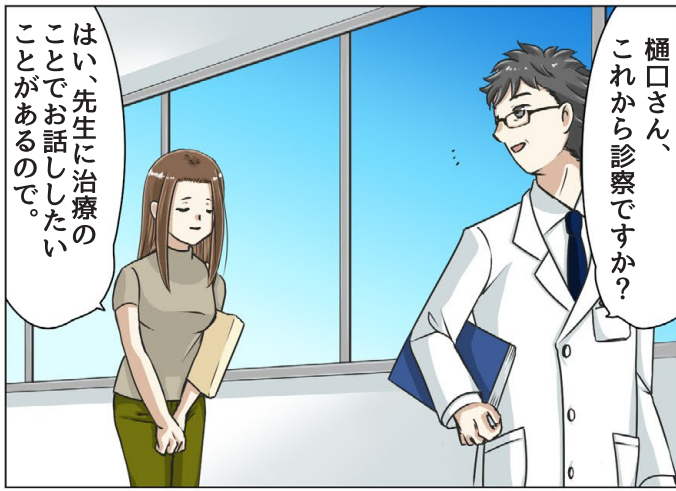


チューリップさん  
大きくなーれ!











あなたがもしほんの少しでも悩んでいたら、

その思いを私たちに話してみてください。

どんな小さなことでもかまいません。

整理できていなくてもかまいません。

そうして、あなたらしい生き方ができるよう、

一緒に考えていきましょう。

—がん相談支援センター 相談員一同



\\ 本誌掲載のマンガも動画で！ //



# 動画でみよう！

## 肺がんマンガを

いきる「みかた」を見つける  
味方・見方



YouTube でご覧ください



## あなたに必要な情報をお届け。

肺がんと診断された方、治療中の方、  
ご家族の方など閲覧する方に  
寄り添った情報をまとめております。  
知りたい情報や現在のあなたの状態を  
選ぶだけで必要な情報にスムーズに  
たどり着くことができます。

AstraZeneca

アストラゼネカの肺がん情報サイト

## 肺がんとともに生きる

[www.haigan-tomoni.jp](http://www.haigan-tomoni.jp)



肺がんとともに生きる



フェイスブックでも「肺がんとともに生きる」皆様とご家族の方に情報を発信しています。



アストラゼネカ株式会社  
〒530-0011 大阪市北区大深町3番1号





## ヤンセンが目指すのは、 病が過去のものになる未来を作ることです。

世界のすべてが、私たちの研究室。

病と懸命に闘う患者さんのために、高い科学技術、独創的な知性、世界中の力を合わせ、新しい可能性を切り拓く。

すべては、私たちの解決策を待つ、ひとつの命のために。複雑な課題にこそ挑んでいく。新しい薬を創るだけでなく、それを最適な方法で提供する。

革新的な薬や治療法を、届ける。世界中に、私たちを待つ人がいる限り。

誰もが健やかに、いきいきと暮らす社会。

そんな「当たり前」の願いのために、自ら変化し、努力を続けます。

ヤンセンファーマ株式会社 [www.janssen.com/japan](http://www.janssen.com/japan) [www.facebook.com/JanssenJapan](http://www.facebook.com/JanssenJapan)



## Better Health, Brighter Future

タケダは、世界中の人々の健康と、輝かしい未来に貢献するために、グローバルな研究開発型のバイオ医薬品企業として、革新的な医薬品やワクチンを創出し続けます。

1781年の創業以来、受け継がれてきた価値観を大切に、常に患者さんに寄り添い、人々と信頼関係を築き、社会的評価を向上させ、事業を発展させることを日々の行動指針としています。



**CURIOSITY**  
発見はいつも  
好奇心から。

メルクバイオフーマ株式会社

〒153-8926 東京都目黒区下目黒 1-8-1 アルコタワー 4F  
[www.merckgroup.com/jp-ja](http://www.merckgroup.com/jp-ja)

**MERCK**

## 人と動物の健康の向上 - 私たちの目標

イノベーションによる  
価値

ベーリンガーインゲルハイムは、  
研究開発主導型のバイオ製薬企業の  
リーディングカンパニーとして、  
アンメットメディカルニーズの  
高い分野において、イノベーションによる  
価値の創出に日々取り組んでいます。  
1885年の創立以来、  
ベーリンガーインゲルハイムは、  
株式を公開しない独立した企業形態により  
長期的視野を維持しています。

日本ベーリンガーインゲルハイム株式会社

本社 / 〒141-6017 東京都品川区大崎2-1-1 ThinkPark Tower  
<https://www.boehringer-ingenheim.jp>



**Boehringer  
Ingelheim**



私たちは、  
ジェネリック医薬品を通じて、  
国民医療に貢献します。

私たち第一三共エスファは、ジェネリック企業として、  
社員全員が“医療人”としての自覚を持ち、患者さま  
や医療関係者の皆さまの立場にたって、ジェネリック  
医薬品を必要とする方が安心して使用できる環境を  
実現し、国民医療に貢献してまいります。



第一三共エスファ株式会社

〒103-8426 東京都中央区日本橋本町三丁目5番1号

[お問い合わせ]03-3243-6051(代表)

<https://www.daiichisankyo-ep.co.jp>

オンコロ がんと・ひとを・つなぐ

## がん治験相談室・がんお悩み相談室

が始まりました!!



専門知識を持った  
スタッフが対応!



### がんお悩み相談室

- ・治療方法はどう選べば?
- ・情報が見つからない
- ・家族や病院に相談しにくい…

### がん治験相談室

- ・治験ってなに?
- ・参加できる治験はある?
- ・どんな風に参加するの?

会員さんは  
無料で  
ご利用可能!



オンコロサイト  
はこちら!



会員登録  
はこちら!



相談室電話番号

0120-974-268

10:00～18:30 平日(月～金)

Lilly



第14回

リリー・オンコロジー・オン・キャンパス

がんと生きる、わたしの物語。

絵画 × 写真 × 絵手紙 コンテスト

## コンテスト作品募集

あなたの物語を表現してみませんか

コンテストは、技法や手法にとらわれることなく、  
がんとともに生きる「想いを伝える」ことを重要にしています。

応募登録期間（当日消印有効）

2023年8月22日(火)～2024年1月31日(水)



リリー・オンコロジー・オン・キャンパス事務局

〒530-0004 大阪府大阪市北区堂島浜2-2-28 堂島アクシスビル7階（東武トップツアーズ メディカルカンファレンスセンター大阪内）

☎ 0120-78-1307 10:00～17:30  
平日（土日祝日除く）

✉ info-locj@tobutoptours.co.jp



www.locj.jp



主催：日本イーライリリー株式会社

後援：公益財団法人 日本対がん協会 / 厚生労働省 / 兵庫県 / 神戸市 / 大阪市

ONO 小野薬品工業株式会社



番組内容は、放送後もABCラジオのホームページで  
動画配信しています。

がんサバイバーから生き方を学び、一緒にがんを乗り  
越えていく番組です。

な気持ちでがんと向き合い、どんなきつかけで前向き  
になれたのかなどをお聞きしていきます。

ンサーの笠井信輔さん（悪性リンパ腫）など、各方面  
で活躍されているゲストのみなさんをお迎えし、どん

ストのアグネス・チャンさん（乳がん）、フリーアナウ  
ンサーの宮本亜門さん（前立腺がん）、歌手・エッセイ

出演家の宮本亜門さん（前立腺がん）、歌手・エッセイ  
ストのアグネス・チャンさん（乳がん）、フリーアナウ

ストーリー」を放送中です。

がんと診断されたすべてのがんサバイバーを応援する  
ラジオ番組「Changeの瞬間（とき）」がサバイバー

未来物語をあなたに。

そのときから始まる

がんと診断された

# Changeの瞬間

チェンジ

～がんサバイバーストーリー～

ABCラジオ：日曜あさ 8:10～8:25

TBSラジオ：土曜あさ 8:45～9:00

パーソナリティ  
フリーアナウンサー

八木 早希

ABC Radio AM1008 FM93.3

ONO 小野薬品

がんと生きる、わたしの物語。



公益財団法人  
日本対がん協会

がんと生きる、わたしの物語。がんとともに生きる「想いを伝える」ことを重要にしています。



がん患者さんとそのご家族が  
自分らしい過ごし方を  
見つけていただくことを  
目的とした情報サイト

# がんになっても

— がんの治療を、その人「らしい生活」のなかで —

がん患者さんやそのご家族の体験談、自分に最適ながん治療にたどり着くための情報を紹介しています。

「がんになっても」と検索、もしくは下記URLからアクセスしてください



がんになっても



<https://www.az-oncology.jp>

アストラゼネカ株式会社

〒530-0011 大阪市北区大深町3番1号

# AMGEN



# To serve patients

患者さんのために、今できるすべてを

アムジェンは1980年、バイオテクノロジーの黎明期に米国カリフォルニア州ロサンゼルス近郊にて産声を上げました。

バイオテクノロジーを患者さんのために役立てることを決意し、以来、探求を重ねてきました。

40年を経た現在、アムジェンは世界最大規模の独立バイオテクノロジー企業へと成長しました。

日本では、循環器疾患、がん、骨疾患、炎症・免疫性疾患、神経疾患の領域に重点を置き、アンメット・メディカルニーズに応える製品開発を進めています。

アムジェン株式会社の  
詳細につきましては  
こちらをご覧ください



肺がんは喫煙をはじめとしてさまざまな原因で発症します。その中のひとつに、アスベスト(石綿)を吸ってしまったことが影響して発症してしまうことがあります。建設業、造船業、自動車整備業など少しでもホコリっぽい現場でお仕事をしていませんか？

肺がんの原因をタバコだと決め付けていませんか？  
喫煙者がアスベストを吸うとリスクが約50倍になります。

# アスベスト肺がん 無料相談

## 実施中!



いつでもどこでも！  
いつでもどこでも！

メール・LINE  
からも無料相談が  
可能です!



アスベストが原因の肺がんの場合は、次のような制度から給付等を受けられる可能性があります。

### 労災保険制度

お仕事が原因で病気になった場合に、医療費や通院交通費、休業のための補償などが支給される制度です。わずかでも雇われていたお仕事の関係でアスベストを吸った可能性がある方は認定される可能性があります。

### 石綿救済制度

お仕事以外の原因やアスベストを吸った記憶が全くない方で、一定のアスベスト所見がみられる場合に、医療費や療養手当などが支給される制度です。事業主など、一度も人に雇われてお仕事をしたことがない方も対象となります。

### 建設アスベスト給付金制度

建設現場で働き、肺がんなどアスベストが原因の病気になった場合に給付金が支給される制度です。支給には、業務の内容やアスベストを吸った時期などの要件があります。建材メーカーなどへ補償を求めることも検討してください。

### 会社や建材メーカーからの補償

労災などでは損害の一部しか補償されません。アスベストユニオンなどの労働組合に加入して働いていた会社と団体交渉を通じて補償に関して話し合うこともできます。また、裁判等を通じて会社や国、建材メーカーに対して補償を求めることができます。

- ・タバコを吸っていたかどうか(喫煙歴)は受給の有無に関係ありません。※建設アスベスト給付金は喫煙の有無によって受給金額が減額されます。
- ・医師から、「アスベストとは関係がない」「不明」と言われても受給できる可能性があります。・遺族の方も期限を問わず、受給できる可能性があります。

VOICE  
01

原因はタバコだと言われて、自分たちは関係ないと思っていました。



※写真はイメージです

夫は地域でも肺がんの治療で有名な病院で診断され、治療をしていました。仕事が建設業でもあったことから主治医に、「アスベストは肺がんの発症に関係ありませんか？」と聞きましたが、「関係ありません」と言われてあきらめていました。その後、患者団体の電話相談で労災請求を勧められ、支援を受け、労災認定されました。建設アスベスト給付金の認定もされ、生活が助かっています。

北海道 Sさん

24時間365日受付! 些細なことでも、いつでもご遠慮なくお聞かせください。

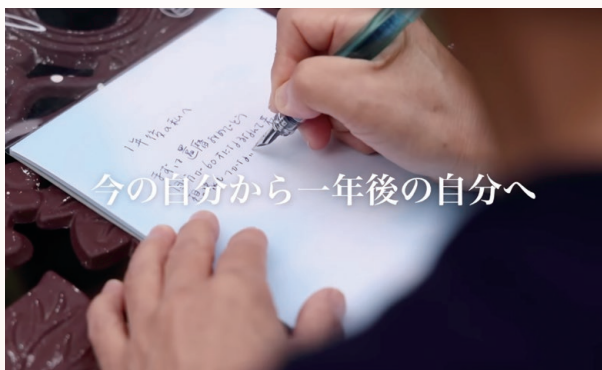
中皮腫・アスベスト疾患・患者と家族の会  
〒136-0071 江東区亀戸7-10-1 Zビル5F

0120 117 554



1年後のわたしは、

何をしていますか



肺がん患者の会ワンステップ + ノバルティスファーマ (株) 共同制作  
ドキュメンタリーシリーズ

## 未来への手紙

1年後の自分へ手紙を送るとしたら、一体何を書くだらう。

今回、手紙を書いてくれたのは3人の肺がん患者さん。そこに綴られていたのは、感謝とユーモア、そしてがんと向き合いながらも自分なりの人生を生きる力強さだ。

「人には、自分を幸せにする力がある」——そんな思いが伝わってくるドキュメンタリー『未来への手紙』。

### 第1回



「楽しんでいこう。  
きっとそれはできるよ」  
帯刀智子さん (59歳)



### 第2回



「一生懸命生きていこう。  
これからも」  
青島央和さん (50歳)



### 第3回



「何でもやっていいんだ。  
やっているかな」  
市川祥子さん (65歳)



QRコードから動画をご覧いただけます (YouTube)

よこはま夢ファンドを  
通じての応援も  
ありがとうございました!

## これからも、応援をよろしくお願いいたします!

本誌『肺がんBOOK』は、皆さまからのご寄付と企業の広告協賛によって刊行しております。

↓ ご寄付はこちらから ↓

●ご寄付の方法 銀行振込は以下の口座へ、そのほかの方法についてはウェブサイトをご覧ください。

●銀行振込

振込先 横浜銀行 保土ヶ谷支店 普通 6112286  
口座 トクヒ) ハイガンカンジャンカイワンステップ



●クレジットカード

●ソフトバンクの携帯電話料金のお支払いと一緒に  
ウェブサイト  
https://www.lung-onestep.com/blank-88