コラム 緩和ケアチームとは?

緩和ケアは、がんに伴う「痛み」「不安」「生活の困難」を和らげ、患者さんやご家族がより良い生活を送れるよう支援する医療です。

「緩和ケア＝終末期の医療」と誤解されることがありますが、診断の早い段階から、がんの治療と並行して受けることができるサポートです。

緩和ケアチームが提供する主なケア

緩和ケアチームは、医師、看護師、薬剤師、臨床心理士、ソーシャルワーカーなどの専門家が連携し、患者さんとご家族を総合的に支援します。具体的には、以下の3つのケアを提供しています。

身体的ケア

- 痛みや副作用の緩和
- 倦怠感、吐き気、食欲不振など、がん治療中のつらい症状の軽減

心理的ケア

- がんと向き合う不安や気持ちの落ち込みへの対応
- 診断後のショックや将来への不安に対するサポート

社会的ケア

- 介護負担や家族のサポートに関する相談
- 経済的負担に対する情報提供や支援制度の案内

緩和ケアはいつ受けられる?

・がんと診断された直後から、治療中、治療後、さらに終末期まで、どの段階でも利用できます。

・「痛みが強い」「不安が大きい」「日常生活に困りごとがある」など、気になることがあれば、早めに医療スタッフに相談してみましょう。

緩和ケアは、治療とともに歩む安心のサポート

がんの治療は、患者さんやご家族にとって負担が大きく、不安もつきものです。緩和ケアは、そんな状況で患者さんが「安心して治療に取り組める環境」をつくるための大切なサポートです。

「こんなことで相談してもいいのかな？」と迷わず、困ったときにはぜひ緩和ケアチームにご相談ください。

Chapter 4

[第四章]

生活のサポートと制度

治療を進めるための生活のサポート情報

がん治療にかかる 経済的負担と支援制度の活用

がん治療では、手術や抗がん剤治療などで医療費が高額になることがあります。また治療のために長期間お仕事を休まざるをえなくなることもあり、医療費の負担や収入の減少についての不安は、病気や治療についてと同じように患者さんや家族の大きな悩みの一つになります。

そのような不安を軽減するために、医療費負担を抑える制度や収入を出来るだけ維持するための制度などがあり、事前にそのような制度を知っておくことで、安心して治療を受けることが出来ます。

ここでは、医療費の負担を軽減するための制度と生活を支えるための支援制度の両面から活用できる制度を整理しました。

1 医療費負担を軽減する制度

高額療養費制度

医療機関や薬局の窓口で支払った医療費（食事代や差額ベッド代を除く）が、1ヶ月間で自己負担限度額を超えた場合に、その超えた金額が払い戻される制度です。通常払い戻しまでに2～3ヶ月程度かかるため、事前に「限度額適用認定証」の申請を行えば、窓口でのご負担を自己負担限度額までに抑えることが出来ます。

対象となる医療費は入院や外来、薬局等での健康保険が適用となる費用のみとなり、食事代や差額ベッド代等は対象となりません。しかし、健康保険が適用となれば手術や高額な薬剤であっても月々の自己負担限度額までのご負担となります。

その他、複数の機関で高額な医療費（70歳未満の場合は21,000円以上）がかかった場合の合算方法や、長期間にわたり自己負担限度額までの医療費がかかった場合（直近12ヶ月で3回以上）の減額制度等、様々な制度がありますので、医療費で心配なときは、まずがん相談支援センターに相談しましょう。

《 70歳未満の方の自己負担限度額 》

所得区分		自己負担限度額（月額）	多数月該当
ア	年収約1,160万円～ 健保:標報83万円以上 国保:旧ただし書き所得901万円超	252,600円+(医療費-842,000円)×1%	140,100円
イ	年収約770～約1,160万円 健保:標報53万～79万円 国保:旧ただし書き所得600万～901万円	167,400円+(医療費-558,000円)×1%	93,000円
ウ	年収約370～約770万円 健保:標報28万～50万円 国保:旧ただし書き所得210万～600万円	80,100円+(医療費-267,000円)×1%	44,400円
エ	～年収約370万円 健保:標報26万円以下 国保:旧ただし書き所得210万円以下	57,600円	44,400円
オ	住民税非課税者	35,400円	24,600円

《 自己負担限度額の注意点 》

① 月ごとの計算
　毎月1日～月末の1ヶ月単位で計算されます。

② 医療機関ごとに計算
　病院や診療所など、それぞれの医療機関ごとに自己負担額を集計します。

③ 診療区分ごとに別計算
　以下の3つは別々に自己負担限度額が設定されます。
　・外来（在宅医療含む）　・入院　・歯科診療

④ 院外処方との合算
　院外薬局での薬代は、処方を受けた外来診療と一緒に合算できます。

⑤ 払い戻しについて
　自己負担額が限度額を超えた場合、後日、加入している健康保険から通知・払い戻しがあります。

⑥ 多数回該当（多数月該当）
　過去12か月の間に、自己負担限度額に3回以上達した場合、4回目からは限度額がさらに軽減されます（※「多数月該当」として扱われるため）。

《 70歳以上の方の自己負担限度額 》

所得区分			自己負担限度額（月額） 通院（個人ごと）	入院+外来（世帯ごと）	多数月該当
現役並み	III	年収約1,160万円～ 標報83万円以上/課税所得690万円以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1%		140,100円
	II	年収約770万円～約1,160万円 標報53万円以上/課税所得380万円以上	167,400円+(医療費-558,000円)×1%		93,000円
	I	年収約370万円～約770万円 標報28万円以上/課税所得145万円以上	80,100円+(医療費-267,000円)×1%		44,400円
一般		年収156万～約370万円 標報26万円以下課税所得145万円未満等	18,000円 （年14万4千円）	57,600円	44,400円
住民税非課税	II	住民税非課税	8,000円	24,600円	24,600円
	I	住民税非課税世帯 （年金収入80万円以下など）		15,000円	15,000円

《 自己負担限度額の注意点 》

① 月ごとの計算
　毎月1日～月末の1ヶ月単位で計算されます。

② 医療機関ごとに計算
　病院や診療所など、それぞれの医療機関ごとに自己負担額を集計します。

③ 診療区分ごとに別計算
　以下の3つは別々に自己負担限度額が設定されます。
　・外来（在宅医療含む）　・入院　・歯科診療

④ すべて合算、限度を超えたら払い戻し
　外来だけか、入院を含むかで自己負担の限度額は変わります。病院や薬局、訪問看護など、かかった医療費はまとめて計算され、限度額を超えた分はあとから戻ってきます。

⑤ 払い戻しについて
　自己負担額が限度額を超えた場合、後日、加入している健康保険から通知・払い戻しがあります。

⑥ 多数回該当（多数月該当）
　過去12か月の間に、自己負担限度額に3回以上達した場合、4回目からは限度額がさらに軽減されます（※「多数月該当」として扱われるため）。

高額療養費限度額適用認定証（以下、限度額認定証）

　限度額認定証を医療機関等に提示することで、病院や薬局での支払いが一定の金額(自己負担限度額)に抑えられる制度です。

《 限度額認定証に関する注意点 》

① 申請月の初日から有効
　限度額認定証は、申請をしたその月の1日から有効になります。
　(遡って適用可能)。

② 医療機関での提示が必要
　病院や薬局の窓口で提示しないと、限度額が適用されません。
　※忘れた場合は通常通り医療費を支払い、後日払い戻し手続きが必要になります。

③ 発行に時間がかかる
　認定証の発行には約1週間かかります。余裕をもって早めに申請しましょう。

標準負担額減額認定証

　市町村民税が非課税などの「低所得者の方」が対象となる制度で、自己負担限度額や入院時の食事療養費が軽減されます。
※ただし、差額ベッド代などの保険適用外費用は対象外です。

《 標準負担額に関する注意点 》

① 限度額認定証と一緒に申請すると、1枚の認定証にまとめて発行されます。
② 申請月の初日から有効になります。
③ 申請や病院窓口での提示を忘れると、後から払い戻しはできませんのでご注意ください。

マイナンバー保険証の活用

　マイナンバー保険証を利用すると、高額療養費制度の適用がスムーズになります。従来は「限度額適用認定証」を事前申請する必要がありましたが、マイナンバー保険証を使用すれば、自動的に自己負担上限額が適用されるため、申請不要になります。

付加給付制度

一部の健康保険組合や共済組合が独自に設けている制度で、自己負担額が、組合独自の限度額を超えた場合に超過分が支給されます（国民健康保険や全国健康保険協会〈協会けんぽ〉には原則ありません）。

《 付加給付のポイント 》

① 自己負担が一定額を超えると給付
　ひと月（1日～月末）で支払った医療費の自己負担が、組合独自の限度額を超えた場合、その超過分が後日払い戻されます。

② 高額療養費の限度額より低いケースも
　この限度額は、高額療養費制度よりも低く設定されていることが多いため、高額療養費の給付対象とならなくても、付加給付の対象となる可能性があります。

③ 制度内容は保険者ごとに異なる
　付加給付の有無・限度額・申請方法などは、保険者によって異なります。詳しくは、ご自身が加入している健康保険（保険証に記載）へお問い合わせください。

高額療養費受領委任払制度

医療費が高額になり、高額療養費支給の対象となる場合、自己負担額を医療機関などに支払うことが難しい方のための制度です。

《 この制度を利用すると 》

保険者と協定を結んでいる医療機関に限り、申請により窓口での支払いを「自己負担限度額」までに抑えることができます。

《 こんなときに便利 》

・限度額適用認定証の手続きが間に合わなかったとき
・複数の医療機関で高額な医療費が発生したとき

※ご加入の健康保険によっては利用できない場合があります。事前にご確認ください。

高額療養費貸付制度

医療費の一部負担金を一時的に用意するのが難しい場合に利用できる制度です。

《 この制度を利用すると 》

高額療養費の支給までの間、支給見込み額の8割相当を無利子で借りることができます。

《 こんなときに便利 》

・限度額適用認定証の手続きが間に合わなかったとき
・複数の医療機関で高額な医療費が発生したとき

※ご加入の健康保険によっては利用できない場合があります。事前にご確認ください。

医療費控除

医療費控除とは、自分や家族のために支払った医療費が、1年間（1月1日～12月31日）で10万円を超えた場合に受けられる所得控除のひとつです。

ただし、総所得金額が200万円未満の方は、所得の5％を超える医療費を支払った場合に対象となります。

《 対象者 》

・ご本人
・生計を一にしている配偶者やその他の親族

《 医療費控除申請時の注意点 》

① 医療費控除は年末調整では申告できません。会社勤めの方でも、確定申告が必要です。

② 高額療養費制度による払い戻しや、生命保険等から支給される医療費補填金は差し引いて計算します。

③ 医療費控除の対象項目は幅広いため、事前に税務署へ確認すると安心です。

④ 申告には医療費の領収書などの証拠書類が必要です。日頃から整理して保管しておきましょう。

第一章 第二章 第三章 第四章 第五章 第六章 第七章 第八章 第九章

2 収入の減少を補う制度

傷病手当金

　病気やケガで会社を休まざるを得ないとき、生活を保障するために支給される制度です。健康保険の被保険者が対象で、十分な給与が支払われない場合に支給されます。

※ 国民健康保険には傷病手当金の制度はありません。

《 支給のための条件 》（すべて満たす必要があります）

・業務外の病気・ケガによる療養のための休業であること
・働くことができない状態であること
・連続する3日間を含み、4日以上就労できないこと
・休業期間中に給与の支払いがない、または傷病手当金より少ないこと

※ 給与が一部支給されている場合でも、傷病手当金より少なければ差額が支給されます。

《 傷病手当支給のポイント 》

① 支給期間：休職4日目から最長1年6 ヶ月（無報酬日が対象）
② 申請方法：申請書に以下の記載が必要です
　　　　　　主治医（医療機関）/ 事業主 / 申請者本人
③ 支給額：休業前の給与（日給換算）の約2/3

※ 健康保険によって算出方法に若干の違いがあります。
※ 加入期間が1年以上ある場合、退職後でも継続して支給されることがあります。

障害年金

　病気やケガによって日常生活や仕事に支障が出た場合に受給できる公的年金です。働いていても受給可能であり、障害者手帳がなくても申請できます。

《 対象者と年齢条件 》

・原則として、20歳から65歳になるまでの間に請求できます。
・所定の要件（保険加入期間・障害の程度など）を満たす必要があります。

《 種類 》

年金の種類	対象となる人	等級
障害基礎年金	国民年金加入者	1級・2級
障害厚生年金	厚生年金加入者	1級・2級・3級、または障害手当金（※一時金）

《 等級と障害の目安 》

等級	障害の状態(目安)
1級	他人の介助がないと日常生活が送れない。入院や在宅介護が必要。 活動範囲がベッド周辺に限定される。
2級	他人の助けが常に必要ではないが、日常生活は困難。働くのは困難で、 家や病院の中での生活が中心。
3級	日常生活に大きな支障はないが、仕事には制限がある。 （※障害厚生年金のみ）
障害手当金	働くことに制限があり、障害の状態が固定されている。一時金として支給。 （※障害厚生年金のみ）

《 障害年金の注意点 》

① 障害者手帳の有無は関係ありません。
② 働いていても申請・受給可能です。
③ 3級・障害手当金は厚生年金加入者のみ対象となります。
④ 医師の診断書など、申請に必要な書類があります。

第一章 第二章 第三章 第四章 第五章 第六章 第七章 第八章 第九章

第一章
第二章
第三章
第四章
第五章
第六章
第七章
第八章
第九章

生活福祉資金貸付制度

低所得者・障害者・高齢者の世帯が、緊急・一時的に生活に困ったときに、生活費や医療費などを貸し付ける公的制度です。

《 対象となる世帯 》

・低所得世帯（所得が一定基準以下の世帯）
・障害者世帯
・高齢者世帯

《 制度の特徴 》

① 用途や必要性、返済能力などを考慮して貸付額が決まります。
一律の貸付額ではなく、個別の事情を踏まえて判断されます。
② 生活費・医療費・住居費など幅広い用途に対応可能。
特に急な入院や収入の減少、生活再建のための資金などに活用できます。
③ 申込みはお住まいの市町村にある「社会福祉協議会」になります。
窓口での相談や申請手続きのサポートも受けられます。

生活保護制度

病気・ケガ・障がい・高齢・ひとり親家庭などの理由で、十分に働けず収入が少ない家庭に対して、国が最低限度の生活を保障し、自立を支援する制度です。

すべての手段を尽くしても生活の見通しが立たないときに、世帯単位で適用されます。

《 相談・申請窓口 》

お住まいの地域を担当する福祉事務所で、生活保護の相談や申請ができます。

申請窓口はP118～を参照

3 相談窓口を活用しよう

支援制度は多岐にわたり、どの制度が利用できるのか、申請方法はどうすればよいのかを個別に確認する必要があります。そのため、専門の相談窓口を積極的に活用することをおすすめします。

がん相談支援センター

医療費や生活費の相談を無料で受けることができます。高額療養費制度や自治体の医療費助成についての情報提供、利用できる社会保障制度の紹介も行っています。

《 佐賀県医療センター好生館　がん相談支援センター 》
0952-28-1158（直通）［ 月～金 8:30 ～ 17:15 ］

ソーシャルワーカー(MSW)

病院内の専門スタッフが、経済的な不安や支援制度の申請方法をアドバイスしてくれます。手続きの流れを具体的に説明してくれるため、スムーズに支援を受けることができます。

患者や家族の実体験③

制度を活用して安心して治療を　（50代男性、前立腺がん）

前立腺がんの治療が始まって、医療費がどんどんかさむのに不安を感じていました。病院のがん相談支援センターに相談に行ったら、高額療養費制度や傷病手当金という制度があると教えてくれて、申請の方法も丁寧に説明してくれました。実際に申請してみたら、生活の不安が減って、治療に専念できるようになりました。こういう制度があるなんて知らなかったので、相談して本当によかったです。

第一章
第二章
第三章
第四章
第五章
第六章
第七章
第八章
第九章

治療と仕事を両立させるための支援

これまで健康に働いていた方が、がんなどの病気を発症し治療が必要になると、これまでのように働くことが難しくなることがあります。治療に専念するのか、治療を続けながら働くのかは人それぞれですが、「今の仕事を辞めずに、働きながら治療を続けたい」と考える方にとって、治療と仕事の両立は大きな課題です。

また、働く本人だけでなく、職場にとってもこの問題は重要です。特に、人事労務担当者や上司・同僚など、周囲の理解と支援も欠かせません。

全国47都道府県には、「産業保健総合支援センター（さんぽセンター）」が設置されており、「がんと診断されたが仕事を続けたい」「病気のことを会社にどう伝えればよいか分からない」などの悩みに対応しています。

さんぽセンターでは、専門のスタッフが、必要に応じて患者さんと医療機関、職場の間で調整を行い、両立支援を進めていくための助言や支援を行なっています。

《 対象者 》

・働きながら治療を受けている方とそのご家族、職場の担当者など
・がん、脳卒中、心疾患、肝疾患、糖尿病、難病等の疾患をお持ちの方

《 佐賀産業保健総合支援センターの主な支援内容 》

① 患者さん（労働者）やそのご家族からの相談対応
② 企業の人事労務担当者などからの相談対応
③ 職場の両立支援に関する休暇制度、勤務制度等の整備に関する支援
④ 医療機関と連携し、職場と患者さんとの間の調整支援
⑤ 労働者、管理職に対して両立支援に関する研修や意識啓発活動
※ 両立支援促進員などの専門スタッフが、必要に応じて職場や医療機関を訪問します。

また、佐賀産業保健総合支援センターでは、月に1回の頻度で、県内のがん診療連携拠点病院にて出張相談窓口を開設しています。お気軽にご利用ください。

《 各がん診療連携拠点病院での出張相談会開催日時 》

場所	開催日	問い合わせ先
佐賀県医療センター好生館	第３木曜日 11：00 ～ 14：00	相談支援センター TEL：0952-28-1158（直通）
佐賀大学医学部附属病院	第3金曜日 11：30 ～ 13：30	メディカルサポートセンター TEL：0952-34-3113（直通）
嬉野医療センター	第２木曜日 11：00 ～ 13：00	患者サポートセンター TEL：0954-43-1120（代表）
唐津赤十字病院	第２水曜日 11：00 ～ 13：00	患者総合支援センター TEL：0955-74-9135（直通）

・佐賀産業保健総合支援センター
利用時間：月～金曜日（祝日を除く）8：30～17：15
連絡先：0952-41-1888
※開催日時が変更となる場合がありますので、あらかじめお問い合わせください。

患者や家族の実体験④

職場の理解が大きな支えに　（40代男性、大腸がん）

大腸がんが再発したとき、治療が長引きそうで仕事はどうなるんだろうと不安でした。勇気を出して上司に話したら、『無理しないでいいよ』と言ってくれて、休職や短時間勤務の提案をしてくれたんです。人事の方とも相談して、傷病手当金のことも教えてもらいました。経済的な不安が減ったおかげで、治療に集中できたし、職場がこんなに理解してくれるとは思っていなかったので、本当に助かりました。

長期療養者の就職支援

ハローワークでは、がん・肝炎・糖尿病などの病気により長期にわたる治療が必要な方の就職支援を目的に、専門の相談員「就職支援ナビゲーター」を配置しています。

また、がん診療連携拠点病院のがん相談支援センターと連携し、各拠点病院で出張相談会を開催しています。

《 対象者 》

・長期療養中で、医師から就労可能と判断されている方
・治療のために離職を考えている方

《 支援内容 》（就職支援ナビゲーターによる）

① 病状や治療状況、能力・適性に応じた就職先の紹介
② 治療を理由に退職する場合の相談支援
③ 退職後の失業保険や職業訓練などの各種支援
④ 応募書類の作成や面接の受け方などの就職準備支援
⑤ 病状や通院状況に配慮した求人情報の検索
⑥ 仕事復帰への不安を解消するための個別相談

※必要に応じて、医療機関の担当者が同席して相談を行う場合があります。

佐賀県では、ハローワーク佐賀とハローワーク武雄に就職支援ナビゲーターが配置されいて、県内の各がん診療連携拠点病院にて、週に1回の頻度で出張相談窓口を開設しています。通院の際など、気軽にご相談いただけます。

《 各がん診療連携拠点病院での出張相談会開催日時 》

場所	開催日	問い合わせ先
佐賀県医療センター好生館	毎週木曜日 10：00 ～ 15：00	相談支援センター TEL：0952-28-1158（直通）
佐賀大学医学部附属病院	毎週火曜日 10：00 ～ 15：00	メディカルサポートセンター TEL：0952-34-3113（直通）
嬉野医療センター	第 1・3 水曜日 11：00 ～ 14：00	患者サポートセンター TEL：0954-43-1120（代表）
唐津赤十字病院	第 2 水曜日 11：00 ～ 14：00	患者総合支援センター TEL：0955-72-5111（代表）

・ハローワーク佐賀
利用時間：月～金曜日（祝日を除く）／8：30～17：15
連絡先：0952-24-4510

・ハローワーク武雄
利用時間：月～金曜日（祝日を除く）／8：30～17：15
連絡先：0954-22-4155

家族へどう伝えるか

家族にがんを伝えるときに大切なこと

がんと診断されたとき、家族にどう伝えたらいいのか悩むのは自然なことです。身近な存在だからこそ、言葉を選びたくなります。しかし、病気のことを家族に伝え、理解や協力を得ることで、気持ちの負担が軽くなることもあります。

伝え方は、相手の年齢や関係性に合わせて工夫することが大切です。一人で悩まず、がん相談支援センターなどで相談しながら、どう伝えるか一緒に考えることもできます。

子どもに病気のことを話すとき

子どもに自分の病気を伝えるのは、とてもつらいことかもしれません。でも、子どもは親の変化を敏感に感じ取ります。何も話さないままだと、不安や誤解を抱えてしまうことも。

・「何というがんなのか」
・「がんはうつらないこと」
・「誰のせいでもないこと」

など、基本的なことを子どもの年齢に応じて、やさしい言葉で伝えましょう。

また、治療や生活の変化、サポートしてくれる人のことも話してみてください。

参考になるサイト：
HOPE TREE（ホープツリー）
親ががんになったときに、子どもへの伝え方など多くの情報が掲載されています。

親に病気を伝えるとき

親に伝えるときも、相手の年齢や健康状態を考慮する必要があります。元気で頼りになる親なら、治療の見通しや手伝ってもらいたいことを伝えると、力になってくれるでしょう。

もし、親が高齢であったり、体調に不安があったりする場合は、どこまで伝えるかを事前に考えておくのがよいでしょう。

いきなり伝えるのではなく、たとえば、

「ちょっと体調に不安があって、あまりいい結果じゃなかったんだ。今度、詳しく話すね」

といったように、段階を踏んで伝えることで、親の心の準備ができるかもしれません。

主治医と相談しながら

病気のことをどう伝えるかは、患者さんと家族の関係にも大きく関わってきます。主治医と相談しながら進めるのも安心ですし、必要があれば、主治医から家族に説明してもらうこともできます。

第一章 第二章 第三章 第四章 第五章 第六章 第七章 第八章 第九章

コラム ACP（アドバンス・ケア・プランニング）を考えてみましょう

～「もしものとき」に備えるために～

ACP（アドバンス・ケア・プランニング）とは、「これからの医療やケアについて、患者さん・ご家族・医療者が一緒にあらかじめ話し合っておくこと」です。日本では「人生会議」とも呼ばれています。

将来、病気が進んで自分で意思を伝えられなくなったとき、ご家族や大切な人が「この人なら、きっとこう考えるだろう」とあなたの思いをくみ取り、医療者と相談して治療やケアを選ぶことになります。

だからこそ、**元気なうちから話し合っておくことがとても大切**です。「生前の意思（リビングウィル）」として考えを共有しておけば、ご家族の負担も軽くなります。

ACPで話し合うポイント

以下のような内容について、ゆっくり話してみましょう。

話し合った内容は記録に残しましょう

- 特別な書式は必要ありません。
- 日時や、誰と話したかを書いておきましょう。
- 自分の思いや希望を自由に書いて大丈夫です。
- 書いた内容は、信頼できる人や医療・介護スタッフと共有しておきましょう。

ACPで大切なこと

- 主役は患者さん本人です。ご本人の意思がいちばん大切にされます。
- 希望は時間とともに変わることもあります。繰り返し話し合って見直すことが大切です。
- 一度で決められないこともあります。その都度、記録しておくようにしましょう。

ACPは、自分らしい生き方を大切にするための準備です。
「まだ先のこと」と思わず、元気なうちから考えてみませんか？

療養生活のサポート

がんの治療が始まると、身体が思うように動かせなかったり、今までできていたことが難しくなることもあります。そのような時に、日常生活をサポートする様々な制度やサービスを活用することで、治療前と変わらない水準で日常生活を送ることが可能となります。

しかし、制度やサービスによっては、事前に手続き等が必要な場合があります。困ったときは、がん相談支援センターや住まいの市町の窓口に相談しましょう。

ここでは、日常生活をサポートする様々な制度やサービスについて紹介します。

介護保険制度

全国の自治体が運営主体となって、40歳以上の方に加入が義務付けられています。介護サービスを受けるためには、住まいの市町の窓口で手続きをして受給できるかの審査を受ける必要があります。認定を受けると1割～3割の自己負担で介護サービスを受けることが出来ます。

《 対象者 》

第1号被保険者：65歳以上の方
第2号被保険者：40～64歳で、介護保険の対象疾患（特定疾病）の方
※交通事故などが原因の場合は、対象外となります。

《 申請先 》

お住まいの市町の介護保険担当窓口
※おたっしゃ本舗（地域包括支援センター）、または居宅介護支援事業者等に申請を代行してもらうこともできます。

《 負担割合 》

前年の所得に応じて、1 ～ 3割負担となります。
※サービスによっては、いったん全額自己負担し、後ほど差額の7～9割（1～3割は自己負担）が支給されます。

《 介護サービス利用の流れ 》

① 申請：市町に「要介護認定」を申請
② 認定調査：市の職員が訪問し、生活状況を調査
③ 主治医意見書：医師による診断を元に、介護認定審査会が審査
④ 要介護認定：「非該当」「要支援1・2」「要介護1〜5」のいずれか
⑤ ケアプラン作成：ケアマネジャーと相談し、介護サービス内容を計画
⑥ サービス利用開始：サービス事業所と契約して利用開始

《 介護サービスの主な分類 》

介護保険サービスは、大きく3つに分かれます。

分類	内容	主な対象
居宅サービス	自宅で受けるサービス	在宅介護者
施設サービス	施設に入所して受ける	要介護度が高い人など
地域密着型サービス	地域に根ざした少人数向け	中重度の方・地域で暮らす高齢者

《 居宅サービス 》（在宅での介護）

自宅に住みながら受けられるサービスです。要介護者が
「住み慣れた家で生活を続けたい」と希望する場合に多く利用されます。

サービス名	主な対象
訪問介護（ホームヘルプ）	ヘルパーが訪問し、食事・排泄・入浴など日常生活をサポート
訪問看護	看護師が訪問し、医療的ケアや健康管理を実施
訪問入浴介護	移動式浴槽などを使って自宅で入浴サービスを提供
訪問リハビリテーション	理学療法士などがリハビリを提供し、機能回復を支援
通所介護（デイサービス）	日帰り施設で食事・入浴・機能訓練などを提供
通所リハビリ（デイケア）	医師の指示で、より専門的なリハビリを受けられる
福祉用具貸与・販売	車椅子や介護ベッドなどの貸出や購入補助
住宅改修費の支給	手すり設置・段差解消などの住宅リフォーム費用補助

《 施設サービス 》

原則「要介護1以上」の方が対象。
重度の方や自宅での介護が難しい場合に利用されます。

施設名	内容
介護老人福祉施設 （特別養護老人ホーム）	生活全般を介護職員が支援。終身的に入所可能
介護老人保健施設（老健）	医師・看護師・リハビリ職員による支援。 自宅復帰を目指す中間施設
介護医療院 （旧：介護療養型医療施設）	医療と介護を一体的に提供。 慢性的な疾患のある方に対応

《 地域密着型サービス 》

地域の高齢者が、住み慣れた地域で継続的に暮らせるように設計された少人数制サービス。原則として市町村の住民のみ利用可です。

サービス名	内容
認知症対応型通所介護	認知症の方を対象としたデイサービス
認知症対応型共同生活介護 （グループホーム）	少人数で共同生活しながら介護を受ける
小規模多機能型居宅介護	通所・訪問・宿泊を組み合わせたサービス （1か所の事業所が対応）
定期巡回・随時対応型訪問介護看護	24時間体制で訪問介護・看護を提供
看護小規模多機能型居宅介護 （複合型サービス）	小規模多機能＋訪問看護のサービス

第一章
第二章
第三章
第四章
第五章
第六章
第七章
第八章
第九章

身体障害者手帳

がん治療の結果として身体の一部を失ったり、がんの進行によって後遺障害が生じることがあります。そういった日常生活の不自由さを補うために、様々な助成や支援が受けらえるようになっています。

《 身体に障害が残る可能性のあるがん 》

・膀胱がん、直腸がん：ぼうこう又は直腸機能障害
　→人工膀胱、人工肛門（ストーマ）などを造設した場合
・頭頸部がん：音声・言語機能障害
　→咽頭部摘出により、声を出す機能を失った場合など
・肺がん：呼吸器機能障害
　→呼吸機能低下により、在宅酸素療法を行う場合など

《 申請先 》

お住まいの市町の障害福祉関連窓口
※認定までに2～3ヶ月時間を要する場合があります。

《 サービス利用の一例 》

・自立支援給付
　訪問サービス、通所サービス、ショートステイといった日常生活の支援から自立支援、就労支援といった訓練等給付もあります。
・日常生活用具の給付
　車いすや補聴器、歩行器など補装具の購入等に必要な費用の助成が受けられます。人工肛門（ストーマ）の購入についても助成を受けることが可能です。
・パーキングパーミット
　県と協定を結んだ施設の身障者用駐車場が利用できます。利用には事前申請が必要です。
・税金関連の免除、減免
　障害者手帳持参の上で、税務署またはお住まいの地域の役所の税務課で申告が必要です。また年末調整でも手続きができます。
・公共交通機関の割引
　対象機関のよって割引額が異なります。利用時に手帳の提示または事前の申請が必要な物があります。

訪問診療

訪問診療は、医療機関への通院が困難な方に対して、医師が定期的かつ計画的に自宅を訪問し、診察・検査・処方などの医療行為を行うサービスです。

《 対象となる方 》

・病気や障害によって歩行が困難、または寝たきりで通院が困難な方
・人工呼吸器や胃ろうなどを装着しており、移動が困難な方
・終末期の療養を自宅で希望される方
・自宅での看取りを希望される方
※「訪問診療」と「往診」の違い
・訪問診療：計画的に定期的な訪問を行う
・往診：体調急変など、突発的な要請に応じて行う医師の訪問

訪問看護

訪問看護は、病気や障害を持ちながらその人らしく自宅で療養するために医師の指示のもと、看護師などが自宅を訪問し、必要な医療ケア・看護ケアを提供するサービスです。

《 対象となる方 》

・自宅で療養しており、主治医が訪問看護を必要と認めた方
・年齢に制限はないが、利用保険（医療保険／介護保険）は年齢や疾患によって異なる
　→ 高齢者は介護保険が基本
　→ 末期がんや特定疾患の方は
　　医療保険の利用も可能
※一部の訪問看護ステーションでは、24時間365日対応し、緊急時には夜間・休日でも訪問可能な体制があります。

民生委員

民生委員は、地域住民の立場に立って、高齢者、障害者、子育て家庭、介護を行う方などへの相談支援、地域の見守り活動、福祉活動などを行うボランティアです（無報酬）。

《 主な活動内容 》
- 地域内の見守り活動や安否確認
- 生活や介護に関する相談対応
- 必要に応じて行政や福祉サービスとの連携・橋渡し

宅配食サービス

宅配食サービスは、食事の準備が困難な方のために、民間企業が提供する自宅配達型の食事サービスです。

《 サービス内容 》
- 出来たての弁当や冷凍弁当の配達
- 配達時に安否確認を行うサービスもあり
- 食事制限に対応したメニュー（減塩、糖質制限など）も選択可能

※ 事業所により対応内容や料金、配達エリアが異なります。

シルバー人材センター

シルバー人材センターは、定年退職後の高齢者に、臨時的な就業の機会を提供する地域密着型の組織です。

《 主な業務内容 》
- 自宅の掃除、草取り、庭の剪定などの軽作業
- 事業所や官公庁からの事務補助や作業支援
- その他、買い物代行など生活支援に関する作業も対応可能

《 特徴 》
- 高齢者の生きがいづくりや地域とのつながりに寄与
- 利用料は比較的低コスト
- 仕事の内容や頻度は依頼に応じて調整可能

今後、これらのサービスを活用することで、自宅での療養や生活支援をより安心して継続することが可能になります。必要に応じて各機関やサービス窓口への相談を行いましょう。

Chapter5

［ 第五章 ］

情報の集め方と注意点

共通知識