

がんサロン

病院や地域で開催される交流スペースで、患者さんや家族が自由に集まり、リラックスした雰囲気の中で交流できます。特に「がん診療連携拠点病院」などでは、専門スタッフのサポートのもと、定期的ながんサロンが開催されています。

詳細はP168へ

3 活動への参加方法

ピアサポートに参加したい場合、以下の方法で情報を得ることができます。

がん相談支援センターへの問い合わせ

当館や地域のがん相談支援センターでは、患者会やサロンの情報を提供しています。

病院や自治体の案内

院内掲示板や自治体のウェブサイトで、がんサロンや患者会の開催情報を確認できます。

オンラインのピアサポート

近年では、オンラインを活用した患者会も増えており、遠方の方や外出が難しい方でも参加しやすくなっています。

4 ピアサポートの重要性

同じ経験を持つ仲間とのつながりは、患者さんにとって大きな力となります。治療に関する悩みだけでなく、日常生活や気持ちの整理についても話し合える場合は、安心して治療に臨むための重要な要素です。

また、ピアサポートは患者さん本人だけでなく、ご家族にとっても大きな助けとなります。がんを抱える家族の気持ちや悩みを共有することで、精神的な負担を軽減することができます。

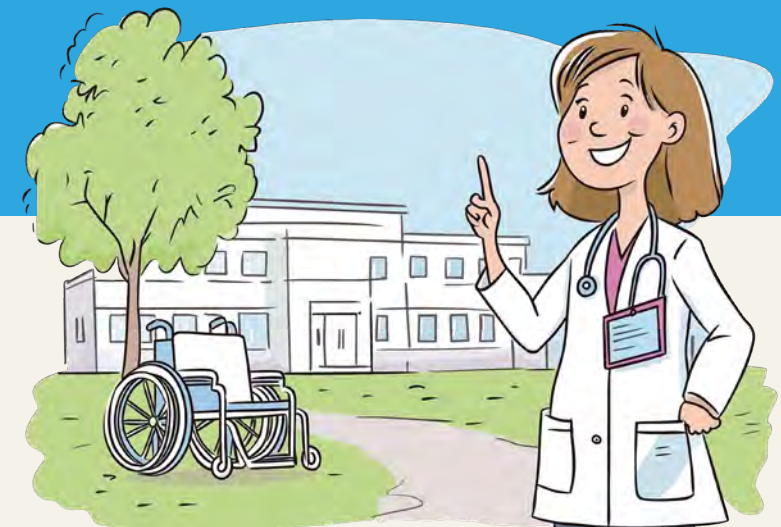
がんの治療は長期にわたるため、一人で抱え込まず、適切なサポートを受けながら前向きに進むことが大切です。必要なときはぜひ患者会やピアサポートに参加し、支え合いながら治療に臨んでください。

Chapter 7

〔第七章〕

がん相談支援センターの紹介

共通情報



がん相談支援センター

がんに向き合う毎日は、誰にも言えない不安や悩みを抱えることもあるかもしれません。「これからどうなるのかな」「家族にどう伝えよう」「誰に相談したらいいんだろう」そんなとき、**ひとりで抱えこまないでください**。私たち「がん相談支援センター」は、がんに関わるすべての人が、安心して話せる場所です。がんを診断された方はもちろん、ご家族やご友人、職場の方まで、**どなたでも無料でご相談いただけます**。あなたのペースで、あなたの言葉で、大丈夫。一緒に考え、一緒に支えていきます。

ご相談いただける方

- ・がんの診断を受けた方、治療中の方
- ・ご家族やご友人など、患者さんを支える立場の方
- ・医療機関・病院が違って大丈夫です
- ・ご本人でなくても、どなたでもご相談可能です
- ・匿名でのご相談も OK です



相談はすべて無料です

お金の心配はいりません。相談にかかる費用は一切ありません。何度でも、気軽にご利用いただけます。

ご相談内容は秘密厳守です

お話しいただいた内容は、ご本人の同意なく外部に伝えることはありません。安心してお話しください。



どんなことが相談できるの？

「がんのことなら、どんなことでも」ご相談ください。
たとえば、こんな内容でも大丈夫です。

- | | |
|---|---|
| ☐ がんのことをもっと知りたい <ul style="list-style-type: none">・病気のこと、治療の選択肢、副作用について・標準的な治療法や情報の見極め方・セカンドオピニオンの受け方 | ☐ 気持ちの整理をしたい <ul style="list-style-type: none">・気分が落ち込んでしまう・誰かに気持ちを話したい・家族との関わり方で悩んでいる |
| ☐ 生活やお金のことが心配 <ul style="list-style-type: none">・医療費や制度(高額療養費・公的支援)について知りたい・仕事を続けられるか不安・退院後の暮らしや、介護が必要になったときのこと | ☐ 地域や病院の情報が知りたい <ul style="list-style-type: none">・通いやすい医療機関は？・緩和ケアや訪問看護の利用方法・他院への転院・退院支援 |
| ☐ 同じ立場の人とつながりたい <ul style="list-style-type: none">・がん患者会「なごみの会」のご案内・心の支えになるような情報の提供 | |

私たちにできること

「がん」とひとことで言っても、悩みは人それぞれです。がん相談支援センターには、医療ソーシャルワーカーによるがん専門相談員が在籍しています。情報の提供だけでなく、あなたの気持ちを受けとめ、必要に応じて専門機関とも連携しながら支援していきます。



ご相談方法

- ・受付時間：月～金 8:30～17:15(祝日除く)
- ・場所：好生館 1 階 がん相談支援センター
- ・電話：0952-28-1158(直通)
- ・メール：soudanshien@koseikan.jp
- ・電話・対面・メール、いずれでもご相談いただけます
- ・予約なしでもご利用いただけますが、事前予約も可能です



「話してよかった」と思える時間を

がんという病気に向き合うことは、簡単なことではありません。だからこそ、誰かに話すことが、これからの一歩になると信じています。「こんなこと聞いていいのかな」と思うようなことでも構いません。どうか、あなたの声を聞かせてください。

がん相談支援センターの取り組み紹介

～安心してつながれる場所があります～

がんに向き合う毎日の中で、「同じような人と話してみたい」「外見の変化が気になる」「仕事のことが不安」と思ったことはありませんか？当センターでは、がんと共に生きる方とご家族を支えるため、さまざまなサポート活動を行っています。一人で抱え込まず、ぜひご活用ください。

1 がん患者会 なごみの会

くらしを支え合う交流の場です

同じような体験をされた方と、気持ちや悩みを分かち合える患者会です。情報交換をしたり、おしゃべりをしたり、ゆったりと過ごせる時間を大切にしています。

医療スタッフによる講話や、外部講師を招いたイベントも開催。療養生活に役立つ情報やヒントが見つかるかもしれません。

- 対象：がん患者さんとそのご家族（診断初期～治療後の方までどなたでも）
日時：毎月第4月曜日 13：00～16：00（※祝日やテーマにより変更あり）
場所：当館2階 多目的ホール
内容：13：00～14：00 イベント（講話・体験会など）
14：00～16：00 交流会（自由参加）

※途中参加・途中退席OKです。体調に合わせてご参加ください。



2 アピアランスケア相談会

外見の変化に寄り添うサポートを

治療による脱毛や肌の変化、術後の体型変化など、「見た目の変化」は多くの方が不安を感じるもののひとつです。

佐賀県内の専門事業所による出張相談会では、医療用ウィッグ、メイク方法、術後下着など、個別の悩みに合わせてアドバイスを受けられます。

対象：がん患者さんとそのご家族

日時：月2～3回（不定期開催）13：30～15：00

場所：2階26番 化学療法室

※詳細日程はがん相談支援センターへお尋ねください。



3 治療と仕事の両立支援 出張相談会

「治療を続けながら働きたい」あなたを応援します

病気を抱えながらも、働きたい・続けたいという気持ちを支える相談会です。佐賀産業保健総合支援センター（さんぽセンター）の専門のスタッフが対応し、治療と仕事を両立するための制度や職場への配慮の伝え方など、実践的なアドバイスを提供します。

対象：働きながら治療を受けている方とそのご家族、職場関係者
（がん・心疾患・脳卒中・糖尿病・精神疾患・難病等）

日時：毎月第3木曜日 11：00～14：00

場所：1階 相談支援センター面談室
（佐賀県立図書館分室前）



4 ハローワーク出張相談

就職・転職・退職後の不安にも寄り添います

病状や治療に配慮した就職支援を、ハローワーク佐賀の担当者が直接行っています。

主治医と連携のうえで、希望や体調に合わせた就職先の紹介や、退職に関する手続き、失業保険、職業訓練などもご案内します。

対象：長期療養中で医師から就労可能とされている方、
治療により離職を考えている方

日時：毎週木曜日 10：00～15：00

場所：1階 相談支援センター面談室
（佐賀県立図書館分室前）



5 リレー・フォー・ライフ・ジャパン佐賀

がんと向き合うすべての人に、勇気と希望を

がん患者さんやご家族を支えるチャリティイベント「リレー・フォー・ライフ」は、世界中で開催されている活動です。佐賀では2015年から毎年開催されており、当館も初回から実行委員として参加しています。

24時間がんと向き合う患者さんへの応援として、歩き、語り合い、地域全体で支え合うあたたかい時間。青空講座などの啓発活動も行っています。



少しでも気になる取り組みがあれば、お気軽にお声かけください

あなたの「つながりたい」「話してみたい」という気持ちに、私たちは全力で寄り添います。

佐賀県のがんに関する相談窓口

「がん相談支援センター」は、全国の「がん診療連携拠点病院」等に設置されている、がんに関する相談窓口です。佐賀県には当館以外にも、3つのがん診療連携拠点病院と1つのがん診療病院があります。

また、その他にも、がんに関する悩みや不安について相談できる、佐賀県がん総合支援センター「さん愛プラザ」があり、佐賀県・がん診療連携拠点病院等・さん愛プラザの3者が、相互に情報共有や協力を行っています。

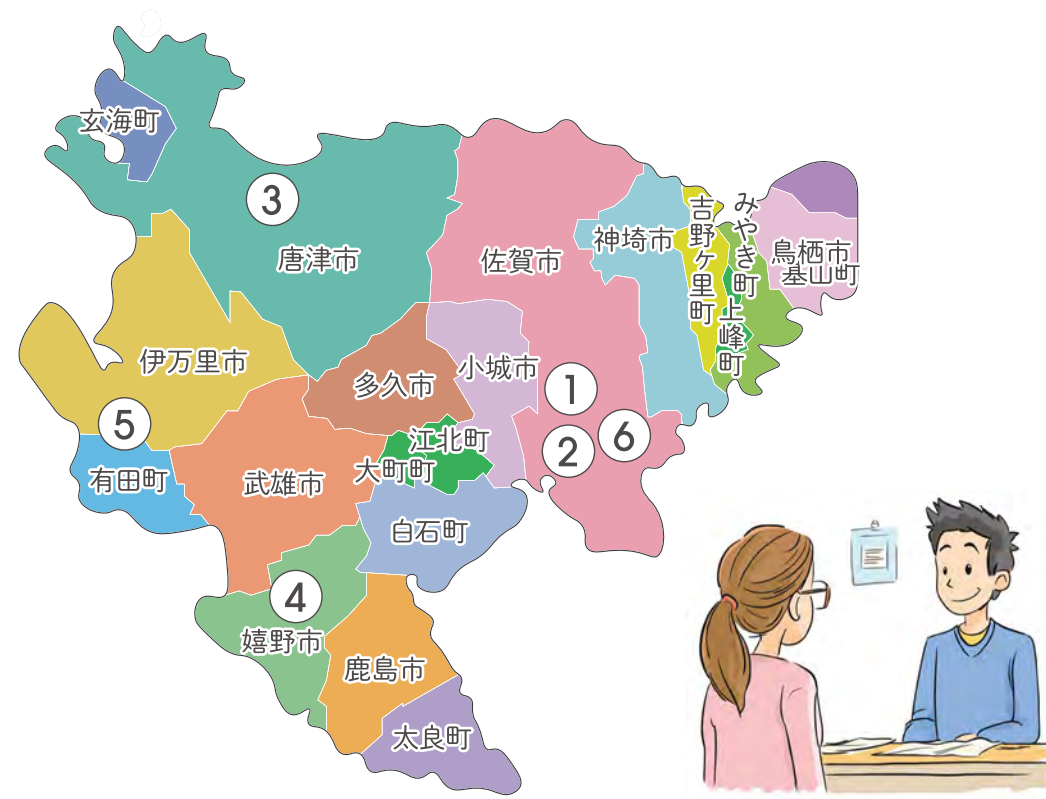
佐賀県のがんに関する相談窓口

病院名	窓口名称	対応曜日	対応時間	電話番号
佐賀大学医学部附属病院	がん相談支援センター	月～金	9:00～16:00	0952-34-3113
佐賀県医療センター好生館	がん相談支援センター	月～金	8:30～17:15	0952-28-1158
唐津赤十字病院	がん相談支援センター	月～金	9:00～16:00	0955-74-9135
嬉野医療センター	がん相談支援センター	月～金	9:00～16:00	0954-43-1120
伊万里有田共立病院	がん相談支援センター	月～金	9:00～16:00	0955-46-2121
佐賀県がん総合支援センター	さん愛プラザ	月～金	9:00～16:30	0120-246-388

患者や家族の実体験⑤

仲間との交流で希望が見えた (40代女性、子宮がん)

子宮がんが再発して、どうしていいかわからず不安でいっぱいでした。そんなとき、病院で患者会のことを聞いて、参加してみたんです。同じ経験をした人たちと話すうちに、自分だけじゃないんだと思って、不安が少し和らぎました。治療後の生活をどうするか、先輩患者さんの話を聞いて前向きに考えるきっかけになりました。仲間との交流が、こんなに希望につながるとは思いませんでした。



患者や家族の実体験⑥

痛みの専門治療で 気持ちも立て直す

(60代女性、膵臓がん)

膵臓がんが再発してからは、痛みがひどくて毎日が辛かったです。もう治療を続ける意味がないんじゃないかと落ち込んでいました。そんなとき、主治医に勧められて緩和ケアチームに相談したんです。痛みを抑える薬や方法を提案してもらい、少しずつ身体が楽になりました。痛みが減ると気持ちにも余裕が出てきて、治療方針を冷静に考えることができました。緩和ケアって末期だけじゃないんだと知って、もっと早く相談すればよかったと思いました。

患者や家族の実体験⑦

友人の一言が 不安を和らげてくれた

(50代男性、肺がん)

肺がんと診断されたとき、自分がそんな病気になるとは思ってもみなかったので、ショックで孤独を感じました。家族にもどう話していいかわからず、一人で悩んでいたんです。そんなとき、長年の友人に電話で打ち明けたら、『お前なら大丈夫だ。一緒に闘おう』と言ってくれました。その一言で、心が軽くなり、家族以外にも支えてくれる人がいるんだと気づきました。それから、少しずつ周りに相談する勇気が出てきました。

Chapter 8

〔第八章〕

病院の情報

共通情報

