

地域の療養情報

おおさか がんサポートブック

2026



©2014 大阪府もすやん

©(公財)大阪観光局



大阪府

大阪府がん診療連携協議会
がん相談支援部会

はじめに



がんと診断された時、「どのような治療があるのだろうか」「地域にがん専門病院はあるのだろうか」「仕事、家庭、医療費はどうなるのか」など様々な不安や悩みが尽きず、心理的に大きな負担になってはいないでしょうか。「地域の療養情報 おおさか がんサポートブック」は、このような心配に少しでもお役に立てるよう、必要な情報を取りまとめた冊子です。

大阪府は「大阪府がん対策推進計画」を 2008 年に策定、相談窓口として「相談支援センター」を設置して看護師やソーシャルワーカーなどの専門職によるがん情報の提供や相談機能の充実を掲げました。さらに 2013 年の「第二期大阪府がん対策推進計画」では「就労支援」や「小児がん」、2018 年の「第三期大阪府がん対策推進計画」では新たな課題としてアピアランスケア・生殖機能の温存などの対策強化も求められ、最新の「第四期」に至りました。

大阪府および大阪府がん診療連携協議会がん相談支援部会では、情報支援事業として、2011 年に冊子「がん患者のための地域の療養情報（初版）」を発行、以降「地域の療養情報 おおさか がんサポートブック」は四期までの計画を踏まえ、最新の情報提供をすべく順次改訂を加えてきました。がんに向き合う患者さんや家族、支える方々が抱える様々な課題解決の一助となれば幸いです。

本冊子以外に、国立がん研究センターが発行している「がんになったら手にとるガイド」や「わたしの療養手帳」と併せて、是非ご活用ください。



「国立がん研究センターのがんになったら手にとるガイド」

https://ganjoho.jp/public/qa_links/book/public/tenitorugaido.html

もくじ

1. がんの相談・情報	1
コラム ご存じですか?「図書館の活用法」	6
2. 医療のこと	
(1) がんと診断されたら	7
(2) 治療法の決定	8
(3) がんゲノム医療	9
(4) セカンドオピニオン	10
(5) 希少がん	11
(6) 緩和ケアとは	12
3. 治療と生活にまつわること	
(1) 高額療養費精度	15
(2) 小児慢性特定疾病医療費助成制度	19
(3) 確定申告による医療費などの控除	19
(4) 傷病手当金	20
(5) 障がい年金	21
(6) 生活福祉資金貸付制度	22
(7) 生活保護制度	23
(8) がん患者等妊よう性温存治療費等助成事業	24
(9) 重粒子線治療に関する支援	24
(10) アピアランスケア支援に関する事業	25



4. がん治療と働くことについて	
(1) 仕事を続けたい場合、復職したい場合	26
(2) 退職を考える場合	30
(3) 就職・再就職を考える場合	30
コラム ご存じですか？「アピアランスケア」	33
5. 自宅で療養するには	
(1) 介護・生活面	35
(2) 医療・看護面	39
(3) 在宅療養の相談窓口	41
ちょっとひと言：	
「40歳未満のがん患者さんの在宅療養」	41
6. 小児・AYA 世代でがんになったら	
(1) 小児・AYA 世代のがん	42
(2) がん治療と妊娠	45
7. 患者同士の支え合いの場	46
コラム ご存じですか？ 体力づくりの重要性	64
8. その他参考情報	65

本冊子に掲載している相談機関や窓口における対応時間は編集時点の情報にもとづいています。変更となっていることがありますので、詳細は各施設やホームページでご確認ください。



1. がんの相談・情報

国が指定する「がん診療連携拠点病院」、府が指定する「がん診療拠点病院」には、がん患者さんや家族などのがんに対する不安や疑問に対応するための「がんの相談窓口」として、がん相談支援センターが設置されています。その病院に受診していなくても無料で相談できる窓口です。※配置図は63ページをご参照ください。

ご自身の診断や病状を踏まえた個別の相談などは、治療中の病院のがん相談支援センターを利用いただくことが望ましいこともあります。

がん相談支援センターでは、看護師やソーシャルワーカーなどのがん専門相談員が、電話や対面相談などによりがんの治療や療養生活全般の相談に対応しているほか、がんに関する情報を掲載したパンフレットなどを揃えて情報提供を行っています。

がん相談支援センターで相談された内容が、本人の了承なしに、第三者に伝わることはありませんので、安心してご相談下さい。

また、大阪府立図書館をはじめ、身近にある図書館でもがんの情報を探すことができます。詳しくは6ページの「コラム」をご参照ください。



＜がん相談支援センター＞

指定 区分	病院名	所在地	問合せ先	対応曜日・時間
国	大阪大学医学部附属 病院	吹田市	06-6879-5111	月～金 9:00～16:00 (電話相談：月・水・金 9:00～13:00) ※面談は要予約
国	市立豊中病院	豊中市	06-6843-0101	月～金 9:00～16:30
府	市立池田病院	池田市	072-751-2881	月～金 9:00～16:00
府	大阪府済生会吹田病 院	吹田市	06-6382-1521	月～金 9:00～17:00
府	市立吹田市民病院	吹田市	06-6387-3311	月～金 9:00～16:00
府	大阪府済生会千里病 院	吹田市	06-6871-0121	月～金 10:00～16:00
府	箕面市立病院	箕面市	072-728-2177	月～金 9:00～16:00
府	大阪刀根山医療セン ター（肺がん）	豊中市	06-6853-2001	月～金 9:00～16:00
国	大阪医科大学大学病 院	高槻市	072-683-1221	月～金 9:00～16:00 土（第1、3、5）9:00～ 12:00（病院開院日）
府	愛仁会高槻病院	高槻市	072-681-3824	月～金 10:00～12:00 14:00～16:00 (電話相談月～金 9:00～17:00)
府	高槻赤十字病院	高槻市	072-696-0571	月～金 9:00～16:00
府	第一東和会病院	高槻市	072-671-1008	月～金 9:00～16:30 土 9:00～12:00
国	関西医科大学附属病 院	枚方市	072-804-2985	月～金 9:00～17:00 (受付は16:00 まで) 土（第1,3,5）9:00～ 13:00 (受付は12:00 まで)
府	松下記念病院	守口市	06-6992-1231	月～金 9:00～16:00
府	関西医科大学 総合医療センター	守口市	06-6992-1001	月～金 9:00～17:00 (受付は16:30 まで) 土（第1,3,5） 9:00～13:00 (受付は12:30 まで)

指定 区分	病院名	所在地	問合せ先	対応曜日・時間
府	美杉会佐藤病院	枚方市	072-850-8711	月～金 9:00～17:00 土 9:00～12:00
府	市立ひらかた病院	枚方市	072-847-2821	月～金 9:00～16:00
府	守口敬仁会病院	守口市	06-6906-9000	月～金 9:00～16:00
国	市立東大阪医療センター	東大阪市	06-6783-3466	月～金 9:00～17:00 (受付は16:30まで)
国	八尾市立病院	八尾市	072-922-0881	月～金 9:00～16:00
府	八尾徳洲会総合病院	八尾市	072-993-8501	月～金 9:00～16:00
府	若草第一病院	東大阪市	072-988-1409	月～土 9:00～17:00
府	石切生喜病院	東大阪市	072-988-3284	月～金 9:00～12:00 13:00～16:00 土 9:00～12:00
府	市立柏原病院	柏原市	072-972-0885	月～金 9:00～11:30 13:00～15:00
国	大阪南医療センター	河内長野市	0721-53-5761	月～金 9:00～17:00
府	大阪府済生会富田林病院	富田林市	0721-29-1121	月～金 8:45～16:00 土(第3土曜除く) 8:45～12:00
府	PL病院	富田林市	0721-24-6100	月～金 9:00～16:00 土 9:00～11:30
府	城山病院	羽曳野市	072-958-1000	月～金 9:00～16:00
府	松原徳洲会病院	松原市	072-334-3509	月～金 9:00～16:30
府	大阪びきの医療センター	羽曳野市	072-957-2121	月～金 9:00～17:00
国	大阪ろうさい病院	堺市北区	072-255-7530	月～金 8:15～17:00
国	堺市立総合医療センター	堺市西区	072-272-1199	月～金 9:00～16:30
国	近畿大学病院	堺市南区	072-288-7036	月～金 9:30～16:00
府	ペレランド総合病院	堺市中区	072-234-2001	月～金 9:00～16:00
府	耳原総合病院	堺市堺区	072-241-0501	月～金 9:00～16:00

指定 区分	病院名	所在地	問合せ先	対応曜日・時間
府	近畿中央呼吸器センター(肺がん)	堺市北区	072-252-3021	月～金 9:00～17:00
国	市立岸和田市民病院	岸和田市	072-445-1000	月～金 9:00～17:00
国	和泉市立総合医療センター	和泉市	0725-51-7631	月～金 9:00～16:00
府	大阪母子医療センター(小児がん)	和泉市	0725-56-7355	月～金 9:00～17:30
府	泉大津急性期メディカルセンター	泉大津市	0570-02-1199	月～土 9:00～17:00
府	りんくう総合医療センター	泉佐野市	072-469-3111	月～金 8:45～17:00
府	市立貝塚病院	貝塚市	072-422-5865	月～金 9:00～17:00
府	岸和田徳洲会病院	岸和田市	072-445-9915	月～金 8:30～16:30
都道府 県がん	大阪国際がんセンター	中央区	06-6945-1870	月～金 9:00～17:00 (電話は10:00～16:00)
国	大阪公立大学 医学部附属病院	阿倍野区	06-6645-2725	月～金 9:00～16:45
国	大阪市立総合 医療センター (小児がん含む)	都島区	06-6929-3632	月～金 9:00～17:00 (受付は16時まで)
国	大阪赤十字病院	天王寺区	06-6774-5152	月～金 8:30～17:00 (受付・電話は16時まで)
国	大阪医療センター	中央区	06-6942-1331	月～金 10:00～16:00
国	大阪急性期・ 総合医療センター	住吉区	06-6692-2800	月～金 9:00～17:00
府	大阪九いさつ病院	天王寺区	06-6771-6051	月～金 9:00～16:00
府	大手前病院	中央区	06-6941-0484	月～金 8:30～17:15
府	関西電力病院	福島区	06-6458-5821	月～金 9:00～17:00 土 9:00～12:00
府	医学研究所北野病院	北区	06-6131-2555	月～金 9:00～17:00

指定 区分	病院名	所在地	問合せ先	対応曜日・時間
府	大阪府済生会中津病院	北区	06-6105-1343	月～金 9:00～15:00
府	大阪府済生会野江病院	城東区	06-7635-3701	月～金 9:00～17:00
府	住友病院	北区	06-6443-1261	月～金 9:00～15:00
府	日本生命病院	西区	06-6443-3446	月～金 9:00～17:00
府	淀川キリスト教病院	東淀川区	0120-364-489	月～金 9:00～17:00
府	愛仁会千船病院	西淀川区	06-6471-9541	月～金 9:00～16:00
府	JCHO大阪病院	福島区	06-6441-5451	月～金 10:00～16:00
府	多根総合病院	西区	06-6581-1071	月～金 9:00～17:00
府	南大阪病院	住之江区	06-6685-0221	月～金 9:00～16:30 土 9:00～14:30
府	大阪鉄道病院	阿倍野区	06-6628-2221	月～金 8:30～17:00
府	十三市民病院	淀川区	06-6150-8000	月～金 9:00～16:00
府	医誠会国際総合病院	北区	06-4301-5615	月～金 9:00～17:00

＜大阪府がん患者サポートセンター＞

大阪府が、病院とは違った環境で、がんに関する相談ができる場として、「大阪府がん患者サポートセンター」を開設しています。看護師等の専門の相談員が対応します。

（受付）月曜日～金曜日：10時～16時（土日祝及び年末年始は休館）

（場所）大阪市中央区大手前 3-1-69

大阪国際がんセンター 患者交流棟 2F 特定非営利活動法人つながりひろば内

（TEL） 06-6467-4990

（HP） <https://gan-support-osaka.jp/top>



ご存じですか？ 図書館の活用法

健康・医療情報の探し方 - 大阪府立中央図書館

大阪府立中央図書館（東大阪市）では、医学書・医学事典・治療法・薬・検査値など、健康・医療に関する資料を所蔵しています。また、がんなど病気に関する様々な「情報や資料の探し方」について、職員に相談することができます。

※専門家の判断が必要な、個別の健康相談・医療相談は行っていません。



大阪府立図書館の資料の多くは、大阪府内のお近くの公共図書館に取寄せてご利用いただけます。

詳細は以下のリンクをご覧ください。

- ・調査相談（レファレンス）サービス

<https://www.library.pref.osaka.jp/site/info/reference.html>

- ・調査ガイド 健康・医療情報

健康・医療情報の調査に役立つ所蔵資料やホームページを紹介しています。

<https://www.library.pref.osaka.jp/site/central/shirabe-a09iryou.html>



大阪府立中央図書館

（開館時間） 火曜日～金曜日 9:00～19:00

土・日・祝・休日 9:00～17:00

（休館日） 毎週月曜日（その日が祝・休日のときはその翌日を振替休館）

毎月第2木曜日（7・8月をのぞく）

年末年始（12月29日～1月4日）

（場所と連絡先） 〒577-0011 東大阪市荒本北 1-2-1

電話：06-6745-0170（代表）



2. 医療のこと

(1) がんと診断されたら

— がんと診断されてから治療までの流れ —

◇ 病気の発見のきっかけ

がん検診、職場の健診、様々な自覚症状をきっかけに病院を受診するところから、がんの診断は始まります。

◇ 精密検査・病理検査

がんの疑いのある場所を、内視鏡検査^{*1}、超音波検査^{*2}、CT検査^{*3}などの最も適切な方法で精密検査します。そしてがんが疑われる部位から一部組織を採取し（生検とよびます）、顕微鏡で観察する病理検査を行います。病理検査は、その組織が悪性かどうかを決めるとともに、悪性の場合はその組織の特徴から組織型を詳しく調べます。この段階でがんの確定診断となります。

*1 内視鏡検査：胃カメラ、大腸ファイバー、気管支鏡など

*2 超音波（エコー）検査：超音波で体の奥の状態を観察する検査

*3 CT検査：体の周りからX線を当てて、断面像を観察する検査

◇ 病期診断

がんが確定診断されると、今度はがんの広がりを知る病期診断の検査を行います。がんの大きさ、臓器内の広がり（深達度）、周囲のリンパ節の腫れ、他の臓器への転移（遠隔転移）の有無などを評価して病期を決定します。精密検査の段階で行った内視鏡検査や超音波検査、CT検査などは病期診断の検査も兼ねています。同じく病期を調べるためにPET-CT検査^{*4}もよく行われています。血液検査で腫瘍マーカー^{*5}と言われるがん細胞が作る物質を測ることは、がんの診断や進行度を評価するうえで参考になります。

- *4 PET-CT 検査：がん細胞はブドウ糖をよく利用するため、ブドウ糖に似た物質（FDG）に放射性物質をつけたものを注射し、身体全体の組織での FDG の取り込みを撮影し、CT 検査も組み合わせることで、どこにがんの組織があるかを調べる検査。FDG は炎症でも取り込まれることあるので画像の評価には炎症と見分けることが必要な場合もある。
- *5 腫瘍マーカー：血液検査でわかるがんの特徴的な物質。この値の変化だけでは、がんの進行や転移しているかどうかは確定できない。また、生活習慣や薬の影響などで一時的に高くなることもあるため、腫瘍マーカーの値だけでなく、画像検査などの複数の検査結果から総合的に判断される。

（２）治療法の決定

- ① 治療の前に全身の状態を評価します。栄養状態、心臓、肺、肝臓、腎臓などの状態をチェックします。
- ② がんの組織型、病期から最も効果のある治療法を、診療ガイドライン^{*6}などをもとに選択します。診療カンファレンスなどで治療法を検討して選択肢が提案されます。
- ③ がんの治療法は、手術療法、薬物療法（抗がん剤治療）、放射線治療が中心となります。これらの治療法を単独もしくは組み合わせて治療を行うことになります。
- ④ インフォームド コンセント（説明と同意）
治療法を決めるに当たっては、「期待できる治療の効果」、「治療に伴う副作用、後遺症の可能性」、「再発の可能性」などについて、主治医から十分な説明を聞き、しっかり納得した上で本人にとって最も適切な治療法を選ぶようにします。

- *6 診療ガイドライン：それぞれの疾患について、最新の臨床研究や実践の知見にもとづいて、最良と考えられる検査や治療法などを提示する文書



(3) がんゲノム医療

がんゲノム医療とは、がんの組織や血液を用いて、多数の遺伝子を一度に調べ（がん遺伝子パネル検査）、特定の遺伝子の変異が見つければ、病状に合わせて薬物を選び治療を行う医療を指します。2024年3月現在、大阪府では、がんゲノム医療中核拠点病院（1ヶ所）、がんゲノム医療拠点病院（2ヶ所）、がんゲノム医療連携病院（14ヶ所）が指定され、その体制づくりが進められています。現在、「がん遺伝子パネル検査」を保険診療として受けるには、「標準治療^{*7}がない場合、または標準治療が終了した（する見込み）場合」などの条件を満たす場合に行われています。

患者さん・ご家族にとっては期待の大きいがんゲノム医療ですが、がん遺伝子パネル検査を受けて、適合する薬（臨床試験を含む）に結びつくのは全体の10%程度といわれています^{*8}。また、がん遺伝子パネル検査の結果、がんになりやすい遺伝子をもっていることがわかる場合があり、本人だけでなく家族の将来の健康に対する不安が生じる可能性があるため、がんゲノム医療を実施する病院では、遺伝カウンセリングなど専門的な相談体制が整備されています。

*7 標準治療：科学的根拠に基づいて、現在考えられる最良の治療であることが示され、一般的な状態の患者さんに行われることが推奨される治療

*8 国立がん研究センターがん情報サービス による

がんゲノム医療を実施している病院や、ご自身ががん遺伝子パネル検査の対象になるか、など、がんゲノム医療の詳細については、主治医やがん相談支援センターにご相談ください。

(4) セカンドオピニオン

納得のいく治療法を選ぶことができるように、主治医とは別の医療機関の医師に「第二の意見」を求めることです。セカンドオピニオンを受けるためには、主治医にその意思を伝え、紹介状、血液検査、画像検査、病理検査の結果などの資料を準備してもらいます。セカンドオピニオンの申込方法は、セカンドオピニオンを受ける各医療機関で異なるので、前もってその医療機関の窓口に連絡して必要な手続きを確認しておく必要があります。ただし、自費診療となり病院によって費用が異なります。

セカンドオピニオンを受ける効果として、

- ① 現在の主治医の診断、治療方針について、他の医師に再確認したうえで、納得して治療が受けられること、
- ② 現在の主治医の提示する治療法以外の治療法について情報を得ること、などがあります。

ただ、複数の医師の意見を聞き、結局どの意見を選んだらいいかわからなくなってしまうことがないように、セカンドオピニオンを受ける前に、現在の主治医の意見（ファーストオピニオン）を十分に聴き、よく理解することが大切です。あなたの病気の状況を一番よく知っているのは現在の主治医なので、わからないことがあれば、まず主治医に確認しましょう。

◇ 自分のがんについて、情報収集を行うための有効な方法

- ① 国立がん研究センターのインターネットサイト「がん情報サービス」(<https://ganjoho.jp>)
- ② がん診療拠点病院のがん相談支援センター
- ③ がん診療拠点病院に設置されている患者

図書（上記のがん冊子、がんになったら手にとるガイドの本も設置されています）



- ④ 大阪国際がんセンター がん対策センター
(<https://oici.jp/ocr/>)
- ⑤ 静岡がんセンターがん体験者の悩み Q&A
(<https://www.scchr.jp/cancerqa/>)
- ⑥ お近くの公立図書館 などがあります。



(5) 希少がん

「希少（きしょう）がん」とは、人口 10 万人あたり 6 例未満の「まれ」な「がん」を指します。症例が少ないことで情報も少なく、「治療法を知りたい」「少しでも多くの症例を診療している病院を探したい」などの困りごとに対し、現在、全国 7 ヶ所にある「希少がんホットライン」で相談することができます。

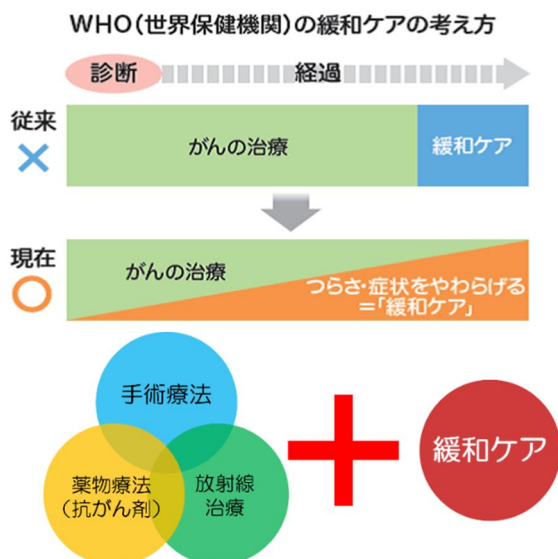


<希少がんホットライン>

- ・北海道大学病院（北海道）
011-706-8544 祝日除く 月水金 13:00～16:00
- ・東北大学病院（宮城県）
022-717-8760 祝日除く 月～金 8:30～16:00
- ・国立がん研究センター（東京都）
03-3543-5601 祝日除く 月～金 9:00～16:00
- ・名古屋大学医学部附属病院（愛知県）
052-744-2667 祝日除く 月水金 10:00～12:00
- ・大阪国際がんセンター（大阪府）
06-6945-1177 祝日除く 月～金 10:00～16:00
- ・岡山大学病院（岡山県）
086-235-6756 祝日除く 月・木 9:00～12:00
- ・九州大学医学部付属病院（福岡県）
092-642-6134 祝日除く 月水金 12:00～16:00

（６）緩和ケアとは

緩和ケアとは、がんが進行した時期だけでなく、がんと診断された時から手術療法、薬物療法（抗がん剤治療）、放射線治療などとあわせて行われるものです。がんになってからも、あなたらしく過ごせるように、心と身体、社会生活を含めて支えていくのが緩和ケアです。心のしんどさ、身体の痛み、治療の副作用、生や死についての悩みなど様々なつらいことに対応します。



◇ 緩和ケアは身体やこころのつらさをやわらげます

がんの患者さんが抱えるつらさには"お腹がいたい、だるい、吐き気がする"といった身体のつらさだけでなく、不安やイライラといった心のつらさや、仕事や経済面などの悩みもあります。また、"なぜ病気になったんだろう"といった問いや、人生の意味や目的を見失うことで、つらさを感じる人もいます。身体や心のつらさが強いときには、がんに向き合っていく力も湧いてこなくなってしまうます。緩和ケアでは、患者さんや家族のさまざまなつらさを、できるだけやわらげていくことを目標にしています。

◇ 緩和ケアを受ける方法

患者さんが本人のつらさを医師や看護師などのスタッフに伝えることで、「緩和ケア」を始めることができます。我慢せずに気軽に伝えていただくことがとても大切です。

① 緩和ケアチーム

緩和ケアチームは、医師・看護師・薬剤師・ソーシャルワーカーなどのスタッフからなるチームで、患者さんが入院している病室にוות、主治医と情報を共有しながら診療を行う病室訪問型の診療です。

② 緩和ケア病棟、ホスピス

緩和ケア病棟では、がんの進行などに伴う身体や精神的な症状があり、がんを治すことを目標にした治療（抗がん剤治療や放射線治療、手術など）が困難になった方や、あるいはこれらの治療を希望しない方を主な対象とし、がんに伴う様々な苦痛を和らげることを主として行います。緩和ケア病棟を探すには主治医や看護師、ソーシャルワーカーにご相談ください。また、がん相談支援センターで緩和ケア病棟の情報を探すことができます。大阪府内の緩和ケア病棟がある病院については別冊をご参照ください。

③ 自宅での訪問診療、訪問看護

在宅医療・看護においても緩和ケアをうけることができます。

◇ 医療用麻薬について

モルヒネなどの医療用麻薬に対して、「中毒」「寿命が縮む」「最後の手段」といった誤ったイメージを持たれていることがあるかもしれません。医療用麻薬は大麻や覚せい剤などとはまったく別のもので、痛みがある状態で医師の管理のもとで適切に使う限り、中毒になることはありません。医療用麻薬の一般的な副作用としては、吐き気・嘔吐、眠気や便秘などがありますが、多くの副作用は予防や治療ができるので、安心して痛みの治療を受けていただくことができます。

＜緩和ケア病棟のある病院＞

※令和8年 1 月付け近畿厚生局届出に基づく

病院名	所在地	問い合わせ先
千里中央病院	豊中市	06-6834-1100
大阪府済生会千里病院	吹田市	06-6871-0121
吹田徳洲会病院	吹田市	06-6878-1110
ガラシア病院	箕面市	072-729-2345
高槻赤十字病院	高槻市	072-696-0571
彩都友誼会病院	茨木市	072-641-6898
ほうせんか病院	茨木市	072-641-7088
松下記念病院	守口市	06-6992-1231
市立ひらかた病院	枚方市	072-847-2821
星ヶ丘医療センター	枚方市	072-840-2641
小松病院	寝屋川市	072-823-1521
市立東大阪医療センター	東大阪市	06-6781-5101
市立柏原病院	柏原市	072-972-0885
大阪南医療センター	河内長野市	0721-53-5761
阪南中央病院	松原市	072-333-2100
樫本病院	大阪狭山市	072-366-1818
市立岸和田市民病院	岸和田市	072-445-1000
市立貝塚病院	貝塚市	072-422-5865
和泉市立総合医療センター	和泉市	0725-41-1331
浅香山病院	堺市堺区	072-229-4882
耳原総合病院	堺市堺区	072-241-0501
阪和第二泉北病院	堺市中区	072-277-1401
ベルランド総合病院	堺市中区	072-234-2001
近畿中央呼吸器センター	堺市北区	072-252-3021
大阪市立総合医療センター	都島区	06-6929-1221
ツチ病院	都島区	06-6922-1236
大阪暁明館病院	此花区	06-6462-0261
多根総合病院	西区	06-6581-1071
淀川キリスト教病院	東淀川区	06-6322-2250
大阪赤十字病院	天王寺区	06-6774-5111
湯川胃腸病院	天王寺区	06-6771-4861
東大阪病院	城東区	06-6939-1121
東住吉森本病院	東住吉区	06-6606-0010
大阪鉄道病院	阿倍野区	06-6628-2221

3. 治療と生活にまつわること

(1) 高額療養費制度

1ヶ月で医療機関に支払った医療費が一定の基準額(自己負担限度額)を超えた場合に、その超えた金額があとで払い戻される制度です。ただし、入院時の食事代や差額ベッド代は対象になりません。自己負担限度額は、年齢や所得、加入している医療保険によって異なります。

オンライン資格確認を導入していない医療機関等で受診される場合や、保険者にマイナンバーの登録が行われていない場合は、「限度額適用認定証」を保険証(資格確認書)と併せて医療機関等の窓口に出す必要があります。

申請窓口

- 限度額適用認定証は、本人が加入している医療保険の保険者へ申請してください



または

健康保険限度額適用認定証	
平成 年 月 日	
被保険者	記号 番号
氏名	男女
生年月日	大正・昭和・平成 年 月 日
適用対象者	氏名 見 本 男女
生年月日	昭和・平成 年 月 日
住所	
有効年月日	平成 年 月 日
有効期限	平成 年 月 日
適用区分	
所在地	
保険者	
支店	

*マイナンバーカードの保険証利用に必要な顔認証付きカードリーダーを設置した医療機関(＜マイナ受付＞ができる医療機関・薬局)においては、健康保険証の利用登録をしたマイナンバーカードを提示し、本人が同意することで「限度額適用認定証」の申請・提示なしで限度額を確認して利用することができます。

◇70 歳未満の方の場合

- ① 月別、入院・外来（在宅医療を含む）別、医療機関別に計算します。そのうち、21,000 円以上のものを合算し、合計額が自己負担限度額を超えていた場合、超えた額について払い戻されます。
- ② 直近 12 ヶ月以内に 3 回限度額を支払った場合、4 回目以降の限度額が軽減されます。
- ③ 外来診療や入院で 1 ヶ月に高額な医療費が予想される場合、マイナンバーで受付をするか、「限度額適用認定証」（非課税世帯の方は限度額適用・標準負担額減額認定証）を交付してもらい、医療機関の窓口に提示すると、自己負担限度額のための支払いとなります。

2026 年 3 月時点

区分	所得区分	自己負担限度額	4 回目以降
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 53～79 万円	167,400 円＋ (総医療費－558,000 円)×1%	93,000 円
ウ	標準報酬月額 28～50 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	住民税非課税者	35,400 円	24,600 円

自己負担限度額は、今後変更となる可能性があります。

最新情報は、おかけの医療機関や保険者でご確認ください。

◇70 歳以上の方の場合

- ① 70 歳以上の方の場合、高齢受給者証、後期高齢者医療被保険者証を医療機関の窓口に提示することで、自己負担限度額のための支払いとなります（自己負担限度額を超えた部分の病院窓口での請求はありません）。
- ② 非課税世帯の方は、限度額適用・標準負担額減額認定証を提示すれば区分Ⅰ・Ⅱのための支払いとなります。
- ③ 2022 年 10 月から一定所得の方の負担が 2 割となりましたが、下記の高額療養費の表に変更はありません。

2026 年 3 月時点

負担割合・区分		外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
現役並み所得者	年収 約 1,160 万円～	252,600 円+(総医療費-842,000 円)×1% 【4 回目以降 140,100 円】	
	年収約 770～ 約 1,160 万円	167,400 円+(総医療費-558,000 円)×1% 【4 回目以降 93,000 円】	
	年収約 370～ 約 770 万円	80,100 円+(総医療費-267,000 円)×1% 【4 回目以降 44,400 円】	
一般		18,000 円 (年間上限 144,000 円)	57,600 円 【4 回目以降 44,400 円】
住民税 非課税世帯	区分Ⅱ	8,000 円	24,600 円
	区分Ⅰ		15,000 円

自己負担限度額は、今後変更となる可能性があります。
最新情報は、おかかりの医療機関や保険者でご確認ください。



<メモ>

(2) 小児慢性特定疾病医療費助成制度

小児がんを含む小児慢性特定疾病の医療費（健康保険の自己負担額）の一部を公費により助成します。

申請窓口

- 申請者の居住する自治体（都道府県もしくは政令・中核市）にご相談ください

(3) 確定申告による医療費などの控除

本人または家族（生計を一とする親族）が、1年間（1月1日～12月31日）に10万円を超える医療費を支払った場合、確定申告をすれば税金が返ってきます。

◇ 医療費控除の対象額の計算

支払った 医療費	－	保険金などの 補てん額	－	10万円(総所得金額等が 200万円未満の人は総 所得額等5%の金額)	=	医療費控除対象額 (最高200万円)
-------------	---	----------------	---	---	---	-----------------------

◇ 申告の対象となる費用

- ① 医師または歯科医師による診察費、治療費
- ② あんま・マッサージ、鍼灸師などによる施術代
- ③ 治療または療養に必要な医薬品の購入費
- ④ 入院に伴う費用や在宅療養の費用
- ⑤ 医療用器具の購入費
- ⑥ 診察を受けるための通院費（公共交通機関の交通費など）
- ⑦ 義手・義足・松葉杖・義歯の購入費 など

◇ 保険金などで補てんされるもの

生命保険契約で支給される入院費給付金、健康保険で支給される高額療養費・家族療養費・出産育児一時金などです。

申請窓口

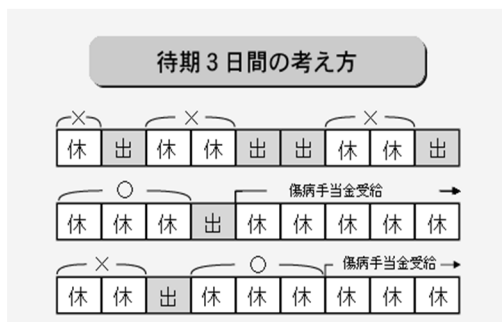
- 管轄する税務署へ申請してください

(4) 傷病手当金

傷病手当金は、会社員、公務員など被用者保険に加入している人について、病気休業中に被保険者とその家族の生活を保障するために設けられた制度です。病気やけがのために会社を休み、事業主から十分な報酬が受けられない場合に傷病手当金が支給されます。

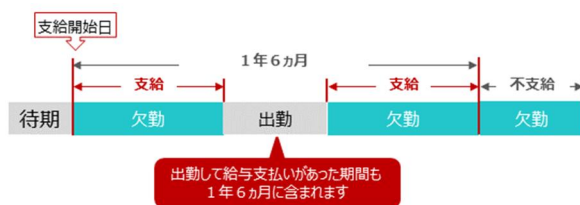
◇ 支給内容

傷病手当金は、病気やけがのために会社を休んだ日が連続して3日間あったうえで、4日目以降休んだ日に対して支給されます。

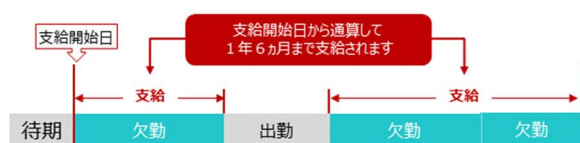


2022年1月から、支給期間は、支給された日数を通算して1年6ヵ月に変わりました。

2021年7月1日
以前に支給開始の場合



2021年7月2日
以降に支給開始の場合



ただし以下の場合などは支給内容が変わります。

- 休んだ期間の報酬支給を受けた時
- 老齢退職年金や障害(基礎)年金を受けた時



申請窓口

- 本人が加入している医療保険の保険者へお問い合わせください

(5) 障がい年金

病気やけがが原因で生活や仕事に支障をきたしたとき、生活を保障するための年金が支給される制度です。給付を受ける時の障がいの等級は、重度な順に1、2、3級となっています。支給・不支給の裁定は診断書や申立書などで総合的に判断されますが、がんの場合、喉頭摘出や人工肛門の造設、がん治療によって全身が衰弱した状態、日常生活や仕事に制限を受ける状態になった場合なども対象となります。障がい年金は、身体障がい者手帳制度とは別の制度で、申請手続きもそれぞれ行う必要があります。

◇ 給付内容

初診日に国民年金に加入していた方は、障がい基礎年金が支給され、厚生年金に加入していた方は、障がい基礎年金に加え、障がい厚生年金が支給されます。また、厚生年金に加入していた方の場合、年金の対象にならない軽い障がいでも、障がい手当金や障がい一時金が支給される場合があります。



◇ 給付を受けるための要件

障がい年金を受けるためには、初診日に年金に加入していることと、一定の保険料の納付があること、一定の障がいの状態にあることなどの要件を満たしている必要があります。

申請窓口

- 初診日に国民年金に加入の方、20歳前に初診日がある方は、お近くの年金事務所または市区役所
- 初診日に厚生年金に加入の方は、お近くの年金事務所（初診日に共済組合に加入していた場合は、その共済組合）

（市役所:65～66ページ、年金事務所:70～71ページご参照）

（６）生活福祉資金貸付制度

低所得の世帯、介護が必要な方のいる高齢者世帯、障がい者世帯などに対し、資金の貸付けを行うことにより、安定した生活を送れるようにすることを目的に、都道府県社会福祉協議会が行なう貸付制度です。使用する目的によって、貸付条件や限度額が決められています。負傷または疾病の療養に必要な経費を対象にした貸付や、一時的に著しい生活困窮に陥った時の貸付、失業や減収により生計維持が困難になった時の貸付などがあります。

◇ 貸付資金の種類

福祉資金、教育支援資金、総合支援資金、不動産担保型生活資金、小口生活資金



◇ 貸付金利息

- ・ 連帯保証人を立てる場合は無利子
- ・ 連帯保証人を立てない場合は年 1.5%。

（ただし、教育のための資金、一時的に生活に困窮した場合の資金については、無利子です）

申請窓口

- 大阪市外の方…地域の社会福祉協議会
- 大阪市内の方…各区役所の保健福祉センター

（67～68ページご参照）

（７）生活保護制度

生活に困っている人に対して、厚生労働大臣が決定した健康で文化的な最低限度の生活を保障するために必要な給付を行うとともに、その人が自立して生活ができるように援助することを目的とした制度です。保護の対象者は、人種・信条・性別・社会的身分などに関わらず、生活に困窮しているという経済的状态の方を対象としています。

◇ 保護の前提となる要件

生活保護制度には前提として、「補足性の原理」という要件があります。「補足性の原理」とは、資産・能力その他利用できるあらゆる物を活用した上で、なお生活ができない場合に限って初めて制度の利用が可能となるものです。たとえば以下のような場合を言います。

- 他の法律で対応できる場合は、まずその利用を優先する必要があります。
- 土地、家屋、預貯金、有価証券、生命保険などの各種保険、自動車、貴金属類、などの資産がある場合は、売ったり解約したりしてその生活費に充てなければなりません。
- 働くことができる場合は、就労して生活費を得る努力をする必要があります。
- 親子、兄弟姉妹、親族など民法上の扶養義務者からの援助が考慮される場合があります。

◇ 支給の内容

申請が原則とされており、年齢・世帯構成・地域別などを考慮し、最低生活費が計算されます。その世帯に収入があった場合、最低生活費から収入を差し引いた額が支給されることとなります。

社会生活を営む上では、食費のみならず諸経費が必要です。そのため、8種類（生活扶助・住宅扶助・教育扶助・医療扶助・介護扶助・出産扶助・生業扶助・葬祭扶助）の扶助を設け、その世

帯が必要とされる項目を合計したものが最低生活費として計算されます。

申請窓口

- 福祉事務所の生活保護担当課（65 ページご参照）
- 不明な場合は市役所へお問い合わせ下さい

（８）大阪府がん患者等妊よう性温存治療費等助成事業

将来子どもを産み育てることを望む小児・思春期及び若年のがんなどの患者さんが、希望をもってがん治療に取り組めるよう、将来子どもを授かることができる可能性を温存するための「妊よう性温存治療」、またはそのカウンセリングに要する費用の一部に対して、2021 年度に助成制度が創設され、翌年には「温存後生殖補助医療」に要する費用も助成対象となっています。



この助成を受けるには、居住地や年齢、がんの治療内容などによる対象者と、指定を受けた施設で妊孕性温存治療を受ける必要があります。制度の詳細は、がん治療を受ける病院のがん相談支援センター、または行政担当窓口でご確認ください。



窓口

- 助成制度について
大阪府健康医療部 健康推進室 健康づくり課
（65 ページご参照）

（９）重粒子線治療に関する支援

重粒子線治療にあたっては、一部のがん（※）を除き公的医療保険が適用されないため、患者さんの治療費が高額になります。このため、大阪府では重粒子線治療を受けようとする大阪府民が、経済的な事情で治療を断念することがいよう、費用の負担を軽減する制度を設けています。



(※) 切除できない骨軟部腫瘍、頭頸部悪性腫瘍や局所限局性の前立腺がん、大型の肝細胞がん、肝内胆管がん、局所進行膵臓がん、大腸がん術後局所再発及び局所進行子宮頸部腺がん（いずれも切除不能のもの）が保険適用です。（2022年4月）

◇重粒子線治療費利子補給制度

公的医療保険の適用を受けない重粒子線治療を受けるため、照射技術料を大阪府が連携する金融機関の専門ローンで借り入れた場合、その利子分を大阪府が助成します。

◇小児がん患者重粒子線治療助成制度

小児がん患者（治療決定した日に15歳未満）が先進医療による重粒子線がん治療を受ける場合、所得に応じて照射技術料を大阪府が助成します。



窓口

- 支援制度について
大阪府健康医療部 健康推進室 健康づくり課
- 重粒子線治療について
大阪重粒子線センター
住所：大阪市中央区大手前 3-1-10
電話：06-6947-3210
<https://www.osaka-himak.or.jp/>



（10）アピアランスケア支援に関する事業

がん治療と社会参加などの両立を支援し、療養生活の質が向上するように、がん治療によるアピアランス（外見）の変貌を補完する補整具（ウィッグや乳房補整具）購入費用の一部を助成する事業を行う市町村が徐々に増加しています。

ご自身がお住まいの市町村の助成事業の有無や詳細については、市・区役所や保健センター、がん相談支援センターで確認して下さい。



4. がん治療と働くことについて

「今の仕事を続けていけるだろうか。療養したいが、生活費や医療費をどうすればいいだろうか。治療や体調が落ち着いて、仕事を無理なく再開できるだろうか…。」

仕事にまつわる悩みや不安があれば、一人で抱え込まず、まずは主治医や看護師、がん相談支援センターなどに相談してみてください。病院の他にも、仕事のことを相談できる窓口があります。

(1) 仕事を続けたい場合、復職したい場合

がんの診断をうけたから、治療があるから、すぐに仕事を辞めてしまうのではなく、がん治療と両立して仕事を続けている方はたくさんおられます。どうすれば仕事を続けられるかを考えるには、まずは、ご自身の病状や今後の治療の内容やスケジュールについて、詳しく知ることが大切です。

- ① まず、仕事について不安があることを主治医に伝え、治療スケジュールや入院が必要な期間、予測される症状や、治療による副作用などを確認しましょう。
- ② 次に、本人の職場の就業規則(有給休暇や病気休暇の制度など)や福利厚生制度について、人事や総務担当者に確認・相談しましょう。
- ③ その上で休暇や制度改正された傷病手当金支給制度などを利用し、治療をしながら仕事を続けることが出来そうか、職場の人たちと相談していくことが大切です。本人では解決できず困ったときは、がん相談支援センターのほか、次のような相談窓口に相談することもできます。

次に挙げる3つの相談機関は、就労・労働に関して幅広い相談に対応している機関で、困りごとの内容によって相談をしてはいかがでしょうか。

1) 大阪産業保健総合支援センター

治療を受けながら安心して働くために働く人とその職場を支援するため、次のようなサービスを実施しています。

- ・事業者に対する啓発セミナー
- ・管理監督者向けの両立支援教育
- ・事業場への個別訪問支援
- ・両立支援のための相談対応
- ・労働者（患者）と事業場との個別調整支援

（出張相談）

大阪府内のがん拠点病院のうち次の病院で、治療と仕事の両立支援について出張相談を実施しています。

大阪労災病院・大阪国際がんセンター・大阪医療センター・大阪医科薬科大学病院
大阪公立大学医学部附属病院・大阪市立総合医療センター・大阪赤十字病院
大阪急性期・総合医療センター

*相談日程や方法などは下記へお問い合わせください

（場所と連絡先）

大阪産業保健総合支援センター

大阪市中心区石町 2-5-3 エル・おおさか南館 9 階

電話：06-6944-1191



仕事の引継ぎや、さまざまな生活の段取り、治療がひと段落した後の職場復帰や経済問題などの悩みに関する Q&A 集

● がんと仕事の Q&A

国立がん研究センターがん対策研究所
がん情報サービス (<https://ganjoho.jp>)



2) 社会保険労務士

社会保険労務士法に基づく国家資格者で、労働問題や年金、社会保険の専門家です。

「治療しながら仕事を続けたいけれど、会社との話し合いが上手くできない」などのお悩みに対し、社内制度や法的根拠に基づいたアドバイスをを行います。正規職員ではなくても相談は可能です。相談者の雇用条件などを確認し、一緒に考え、対応方法を相談します。

また、年金や各種保険の利用など、相談者が利用可能な制度について、相談・申請代行なども行います。

患者支援団体、がん相談支援センターによっては相談可能な社会保険労務士と連携している場合もあります。また、大阪府社会保険労務士会の総合労働相談室（以下参照）も開設されています。

大阪府社会保険労務士会 総合労働相談室

総合労働相談室は、開設日及び開設時間を週2回火曜日と木曜日の13時から、火曜日は社会保険、年金などに関する相談日、木曜日は労務管理、労働トラブル、その他（労災保険、介護保険など）に関する相談日として開設されています。



（相談方法）電話・対面での相談

（利用時間）火曜日：社会保険・年金に関する相談

木曜日：労働トラブル・労務管理に関する相談

13:00～16:30

事前予約不要・相談時間は原則30分以内

（費用） 無料

（場所と連絡先）大阪府社会保険労務士会

大阪市北区天満 2-1-30

電話：06-4800-8188

3) 大阪労働局 総合労働相談コーナー

府内の各労働基準監督署や、大阪労働局庁舎内に設置されており、解雇、労働条件、配置転換、いじめ・嫌がらせなど、労働に関する幅広い相談や情報提供のワンストップサービスを行っています。相談内容に応じて、担当部署・関係機関のご案内、関係法令などの情報提供を行っており、労働者、事業主の双方が利用できます。
なお、相談は匿名でも可能です。

(相談方法) 電話・直接来所による面談

(利用時間)

総合労働相談コーナー 9:00～17:00 (月～金)

泉大津コーナーのみ 9:30～17:00 (月～金)

(場所と連絡先)

大阪労働局 総合労働相談コーナー(雇用環境・均等部指導課)

大阪府中央区大手前 4-1-67 大阪合同庁舎第2号館8階

電話： 06-7660-0072

または大阪府内 13箇所ある監督署内の「総合労働相談コーナー」

【大阪労働局労働基準監督署について】

【大阪労働局総合労働相談コーナーについて】



治療と就業の両立支援

令和8年4月から、改正労働施策総合推進法により治療と就業の両立支援が事業主の努力義務となり、厚生労働省の指針に基づく職場での必要な措置が求められています。



（２）退職を考える場合

就労できなくなった場合、仕事を辞める場合、辞めなければならない場合などには、経済的な不安がでてくることと思います。傷病手当金、障がい年金、雇用保険、生活保護など、公的な制度による経済的支援が受けられる場合がありますが、利用するには様々な要件があり、中には退職する前に手続きが必要な場合があります。どんな制度が利用できるか、仕事を辞める前に、がん相談支援センターや各制度の担当窓口にご相談しましょう。

（３）就職・再就職を考える場合

治療をしながら、あるいは治療がひと段落して新たに仕事を探す場合は、本人の体調を考え、どの程度の仕事ができるかを主治医とも相談しながら模索し、就職先に配慮してほしい点、希望する条件などを整理しておくといいでしょう。

仕事を探すに当たっては、次の４つの相談窓口があります。

１）ハローワーク（公共職業安定所）

求人情報、仕事を選ぶにあたっての相談など、仕事のことなら何でも気軽に相談できます。ブランクのある方、治療や体調への配慮が必要な方が無理なく働ける求人があるか、求職先へどう伝えるかなど、個別の相談にも対応してくれます。

平日以外も利用可能なハローワークや、チャイルドスペースのあるマザーズハローワーク、年齢に応じた相談に対応しているハローワークなど、各ハローワークによって色々な特徴があります。

（問い合わせ先） 各ハローワーク



<ハローワーク>

名 称	電話番号	住 所
ハローワーク梅田	06-6344-8609	大阪市北区梅田 1-2-2 大阪駅前第2ビル 16 階
ハローワーク大阪東	06-6942-4771	大阪市中央区農人橋 2-1-36 ピップビル 1 階～3 階
ハローワーク大阪西	06-6582-5271	大阪市港区南市岡 1-2-34
ハローワーク阿倍野	06-4399-6007	大阪市阿倍野区文の里 1-4-2
ハローワーク淀川	06-6302-4771	大阪市淀川区十三本町 3-4-11
ハローワーク堺	072-238-8301	堺市堺区南瓦町 2-29 堺地方合同庁舎 1 階～3 階
ハローワーク布施	06-6782-4221	東大阪市長堂 1-8-37 イオン布施 駅前店 4 階
ハローワーク岸和田	072-431-5541	岸和田市作才町 1264
ハローワーク池田	072-751-2595	池田市栄本町 12-9
ハローワーク泉大津	0725-32-5181	泉大津市旭町 22-45 テクスピア大 阪 2 階
ハローワーク藤井寺	072-955-2570	藤井寺市岡2丁目 10-18 DH藤井寺駅前ビル 3 階
ハローワーク枚方	072-841-3363	枚方市岡本町 7-1 枚方ビオルネ 6 階
ハローワーク泉佐野	072-463-0565	泉佐野市上町 2-1-20
ハローワーク茨木	072-623-2551	茨木市東中条町 1-12
ハローワーク河内長野	0721-53-3081	河内長野市昭栄町 7-2
ハローワーク門真	06-6906-6831	門真市殿島町 6-4 守門真商工会 館 2 階



2) OSAKA しごとフィールド

年齢や性別、障がいの有無に関わらず、全ての求職者に対応し、就職活動に関するきめ細かな情報提供や個別支援を行う、大阪府の就業支援施設です。

① 一人ひとりの適性・能力を見極めアドバイス

カウンセラーが不安や悩みを伺い、職業適性検査などを用いてアドバイス。必要に応じて医療・福祉の機関と連携しています。

② ハローワークと一体となりマッチング機能を強化

カウンセラーと一緒に求人端末を検索することもでき、より具体的に探すことができます。

③ 必要なスキルアップを支援

履歴書・エントリーシートの書き方のアドバイス、自己PR講座、面接講座や模擬面接の実施。必要に応じて職業訓練や資格取得などをアドバイス。就職活動がスムーズに行えるよう支援しています。

(利用時間)：月～金 9:30～20:00

相談時間は 10:00～20:00 (19:00 最終受付)

ハローワークコーナーは 10:00～18:30

土 9:30～16:00

ハローワークコーナーは休み

休館日 日・祝・年末年始

(場所と連絡先)

大阪府中央区北浜東 3-14 エル・おおさか本館 2・3 階

電話：06-4794-9198

(ホームページ) <https://shigotofield.jp/>



3) 地域若者サポートステーション

15歳から49歳の無業状態の若者等のうち、就職に向けた取り組みへの意欲が認められる若者とその家族を対象に、大阪府内の9つの地域若者サポートステーションで、支援を行っています。(無料)



4) 地域就労支援センター

大阪府内の各市町村に設置されており、働くにあたっての悩みや不安の相談、就職するための支援を行っています。専任のコーディネーターが、ひとりひとりに応じた助言や提案を行い、就労に向けた計画を立て、きめ細かなサポートを行ってくれます。

相談の中で、生活に即した悩みがあれば、必要に応じ就労のことだけでなく、生活支援などの制度の利用についても一人一人の状況に応じた提案をします。資格取得や能力開発のための講座や職業訓練の紹介も行います。

* 相談方法、利用時間、場所などは各地域の
就労支援センターにお問い合わせください。



コラム

ご存じですか「アピアランスケア」



がん治療によって起こる脱毛（頭髪、まつ毛、まゆ毛など）、皮膚や爪の変色、爪の変形、手術あとなど、外見の変化は、患者さんにとって重大な悩みとなり、人間関係や外出の意欲、ひいては仕事にも大きな影響を及ぼすことがあります。

がん治療を行う病院の外来や化学療法室、がん相談支援センターでは「アピアランスケア」についての相談ができます。ケアやメイク、ウィッグや肌着など、日々の暮らしに役立つ情報がありますので、気になることがあれば、ぜひ相談してみてください。

就労に関する主な相談窓口



雇用保険に関する相談

- ・雇用保険（失業などの給付）
受給や延長に関する相談



- ・ハローワーク
- ・社会保険労務士
- ・大阪府社会保険労務士会
総合労働相談室

求職に関する相談

- ・仕事に復帰したい
- ・求職活動は初めてで不安
- ・これまでと違う（負担の軽い）
仕事をしたい など



- ・ハローワーク
- ・地域就労支援センター
- ・OSAKA しごとフィールド

就労している方の相談

- ・治療と就業の両立
- ・労働条件に関する相談
- ・解雇、配置転換、退職勧奨
などに関する相談
- ・職場におけるハラスメントや
いじめなどに関する相談
など



- ・大阪産業保健
総合支援センター
- ・労働基準監督署
(会社を指導する場合は、会社所在
地を管轄する労働基準監督署が
対応します。)
- ・大阪労働局
総合労働相談コーナー
- ・社会保険労務士
- ・大阪府社会保険労務士会
総合労働相談室

5. 自宅で療養するには

(1) 介護・生活面

がんになってもあなたらしく暮らせるように、自宅療養を支える制度やサービスなどについて紹介します。

◆介護保険についての相談・申請

介護保険は、介護が必要となった時に安心して日常生活が過ごせるよう支援する制度です。

対象となる方	要介護状態にある 65 歳以上の方、特定疾病により要介護状態にある 40 歳以上 64 歳以下の方。
申請方法からサービス利用まで	住民票のある市町村（大阪市は大阪認定事務センター）へ認定申請します。居宅介護支援事業者、介護保険施設、地域包括支援センターに依頼して申請を代行してもらうこともできます。 認定調査員が本人を訪問し、心身の状況などについて調査を行います。認定調査の結果と主治医意見書により、介護を必要とする度合い（状態の区分）を審査して認定結果が通知されます。認定結果に基づいて必要とするサービスについてのケアプランを立てサービス開始となります。
利用できるサービス	認定結果ごとの利用限度額内で、所得により利用サービス料の 1 割/2 割/3 割が自己負担となります。 訪問介護、通所/訪問リハビリテーション、訪問入浴、福祉用具貸与、特定福祉用具購入費の支給、住宅改修費支給、短期入所、施設入所 など

問い合わせ先
申請窓口

- 各市町村介護保険担当課（65～66 ページご参照）
- 地域包括支援センター
- 居宅介護支援事業所でも相談できます

◆身体障がい者手帳についての相談・申請

身体障がい者手帳は、病気やけがで一定の障がいが残ри、その障がい「障がい固定」とであると認められた場合、様々な福祉サービスが受けられる制度です。介護保険制度と重なるサービスは介護保険制度が優先されます。

対象となる方	視覚、聴覚又は平衡機能、音声・言語又はそしゃく・嚥下機能、肢体不自由、心臓・腎臓・呼吸器・ぼうこう又は直腸・小腸・肝臓、免疫機能障がいと認定される方
手続き方法	主治医に身体障がい者手帳に該当するかを確認します。（かかりつけの病院に身体障がい者福祉法第15条に基づく指定医師がいない場合は、市町村障がい福祉担当課でお尋ね下さい。） 交付申請書、診断書・意見書の用紙は申請窓口にあります。身体障がい者手帳交付申請、身体障がい者診断書・意見書（指定医師が記載したもの）、写真を添えて申請します。
利用できるサービス	自立支援医療、補助具（車いす、人工喉頭など）の給付、日常生活用具の給付（介護ベッド、マット、蒸気吸入器、電気式痰吸引器など）、ホームヘルプ、ショートステイ 運賃の割引、税金の控除、など。 ＊障がいの種類や程度、お住まいの市町村によって受けられるサービスは異なる場合があります。

申請窓口

●各市町村の障がい福祉担当課

（65～66 ページご参照）



◆高齢福祉サービスについて

高齢者の方を対象とした福祉サービスです。

利用できるサービス例	緊急通報システム、配食サービス、訪問理容、軽度生活援助事業、介護用品給付、電気調理器・火災報知器など日常生活用具の給付 など
------------	--

※利用できるサービス、対象者、自己負担額などは各市町村によって異なる場合があります。

申請窓口

●各市町村の高齢福祉担当課

(65～66 ページご参照)



◆その他の福祉用具の貸し出し

貸し出し物品例	車椅子やベッド、車椅子対応自動車など (車椅子対応自動車貸出事業は運転ボランティアを派遣してくれる場合もあります。)
---------	---

※貸出品、対象者、貸出期間、自己負担額などは各市町村によって異なる場合があります。介護認定されている方は、介護保険の福祉用具貸与(車椅子やベッド、杖などがレンタルできるサービス)がありますので、担当のケアマネジャーとご相談ください。その他、介護保険などの公的な制度を利用しない一般レンタルもあります。

問い合わせ
窓口

●各市町村の社会福祉協議会



◆認知症などで支援が必要な場合の相談・申請

認知症や知的障がい・精神障がいなどにより、日常生活を営むのに必要なサービス利用のための情報の入手、理解、判断、意思表示を本人のみでは適切に行うことが困難な方に対し、権利や財産を守り自立を支援するなどして、暮らしの安心をお手伝いする制度です。

日常生活 自立支援事業

福祉サービスを利用するための相談や手続き、日常生活に必要な費用の支払いや預貯金の出し入れ、通帳や印鑑、証書の預かりなどのお手伝いをする制度です。

申請窓口

●各市町村の社会福祉協議会



成年後見制度

預貯金や不動産などの財産管理、施設への入退所の契約手続きなど、本人に代わって法的な権限を与えられた『成年後見人等』が行うことによって、本人を保護し、権利が守られるよう支援する制度です。なお、本人の判断能力によって、後見（判断能力が全くない）、保佐（判断能力が特に不十分）、補助（判断能力が不十分）の区分があり、区分に応じて、同意、取消や代理の範囲などが決められます。

申請窓口

●管轄地区の家庭裁判所



◆子どもを世話する人がいない場合

外来受診や入院などにより、一時的に子どもの世話ができず依頼できる人もいない場合に、認可保育所の一時預かりや、登録会員家で保育園の送迎を含めて預かるファミリーサポート、入所では養護施設、乳児院などがあります。

問い合わせ 窓口

- 各市町村役所の子育て担当課
- ファミリーサポートセンター
- 子ども家庭センター、保育所など

(2) 医療・看護



◆在宅医療でできること

自宅で療養する時に、医療処置や管理が必要な場合、医師や看護師がご自宅に訪問する、在宅医療を受けることができます。在宅医療では、下記のような医療・看護が受けられます。

在宅医療で 受けられる 医療処置・管理	痛みのコントロール、点滴・人工肛門や人工膀胱の管理、経管栄養（胃ろう、経鼻栄養）・中心静脈栄養（IVH ポート）の管理、在宅酸素・人工呼吸器・気管切開・全身状態の管理、血液検査・床ずれの手当て・本人や家族の不安の緩和 など
---------------------------	---

【訪問診療と往診】

「訪問診療」とは日頃から医師が定期的に自宅へ訪問し、計画的に診療して健康管理を行うものです。訪問診療に加え、緊急時の「往診」などの対応ができる医療機関を決めておく必要があります。病院の主治医や看護師、がん相談支援センターの他、すでに担当のケアマネジャーがいれば相談してみましょう。

【訪問看護】

看護師が自宅を訪問し、本人の療養生活上に必要な看護（入浴介助を含めた清潔ケア・栄養摂取や食事の管理・排泄管理とケアなど）や医療機器の管理、リハビリテーションなどとともに、ご家族への指導や相談支援を行います。訪問看護を提供する事業所を「訪問看護ステーション」といいます。必要な訪問看護サービスの内容や緊急時の体制なども含め、事前に相談が必要です。

※利用する保険種別によって負担割合が異なります。

◆在宅療養を支える医療処置・機器

医療処置が必要となっても、医師や看護師などのサポートを受けながら自宅で過ごすことができます。

酸素が必要	自宅に在宅酸素の機械（濃縮器）を設置し、長いチューブを使用して屋内の移動や、携帯用ポンプを使用することで外出時にも使用できます。
食事が取れなくなり点滴が必要	医師や看護師が自宅へ訪問し、点滴を行うことができます。中心静脈栄養（IVH）をされている場合は、医師や看護師の指導を受けた本人、家族が点滴をつなぎかえることもできます。
吸引や吸入が必要	医師や看護師の指導のもと、自宅で吸入や吸引を行うことが可能です。
痛みのコントロールが必要	医療用麻薬の使用が必要になっても飲み薬や坐薬、貼り薬だけでなく、点滴・注射などで痛みの管理が行えます。

自宅での医療処置を行うには必ず医師の指示が必要です。
事前に必ず主治医とご相談ください。

(3) 在宅療養の相談窓口

地域での療養生活についてのご相談は下記で対応が可能です。

がん診療拠点 病院のがん相談 支援センター	かかりつけ医、在宅医、緩和ケアに関する相談が無料でできます。 診療を受けていない病院のがん相談支援センターも利用できますが、ご自身の病状を踏まえた個別の相談などは、治療中の病院での相談が望ましいこともあります。
病院の相談室	多くの病院には相談室（病院によって名称が異なります）があり、ソーシャルワーカーや看護師が相談に応じています。入院中には病棟担当の退院支援担当者が対応してくれる場合もあります。
地域包括 支援センター	保健師やソーシャルワーカー、主任ケアマネジャーなどの専門的スタッフが中心となって、地域の高齢者や介護保険の利用者の在宅生活を支援する窓口です。
居宅介護 支援事業所	ケアマネジャーが、在宅サービス計画（ケアプラン）を作成し、サービス提供事業者との連絡調整を行う事業所です。

ちょっとひと言：「40 歳未満のがん患者さんの在宅療養」

介護保険によるサービスは、住みなれた自宅などで療養生活を送るとき無くてはならないサポートです。ただ、40 歳未満は介護保険の対象にならないため、在宅療養でサービスを利用するときの費用を自費で支払う必要があり、在宅療養そのものを諦めざるを得なかった方もいらっしゃるかもしれません。まだごく少数ですが、40 歳未満を対象に、独自に「若年者在宅ターミナルケア支援事業」や「在宅緩和ケア助成金」を実施する大阪府下の市町村もあります。

「あなたらしい」暮らしのために、お住まいの地域情報はがん相談支援センターなどにご相談してみてください。

6. 小児・AYA 世代でがんになったら

(1) 小児・AYA世代のがん

小児がんは、小児がかかる“がん”の総称で、主な小児がんは、白血病、脳腫瘍、神経芽腫、肉腫などです。治療は、疾患やがんの進行度、転移の程度に応じて、手術、薬物療法（抗がん剤治療）、放射線療法、造血幹細胞移植などを組み合わせて行いますが、長期の入院が必要となる場合もあります。成人と同様、早期診断、適切な治療、緩和ケア、フォローアップといったトータルケアの実施や、小児の発達・発育段階に対応した生活面や教育面での心理社会的なサポートが必要です。

また、思春期・若年期に発生する“がん”を、Adolescents and Young Adults (AYA) 世代のがんと呼びます。がんの種類は様々で、白血病など小児に多いがんに加え、消化器がん、婦人科がん、内分泌系腫瘍、リンパ腫、中枢神経腫瘍（脳腫瘍）など、成人がんも多くなります。がんの進行度や転移の程度に応じた治療とともに、通学・進学、就職、結婚、出産など様々な社会的変化を伴う年代であることから、年齢に応じた療養環境やサポートが必要です。

不安や心配なことがあれば、主治医や看護師、がん相談支援センターなど病院スタッフにご相談ください。

◆ 大阪府における小児・AYA世代のがん診療体制

小児・AYA世代のがんを専門的に診断・治療する病院として、国が指定する、小児がん拠点病院が全国で15施設、大阪府では1施設（大阪市立総合医療センター）、また府が指定する小児拠点病院が2施設（大阪母子医療センター、大阪大学医学部附属病院）があります。大阪府では、この3病院が中心的役割を担うとともに、近畿圏内の小児がん拠点病院を中心に設置する近畿ブロック小児がん医療提供体制協議会において、近隣府県との小児がん医療連携体制を検討しているところです。

◆ 小児・AYA世代のがん治療に際しての支援

◇ 経済的支援

健康保険のほか、小児慢性特定疾病医療費助成制度や乳幼児医療費助成制度などの支援制度を利用できます。受診される病院のがん相談支援センターや受付窓口にご相談ください。

◇ 患者・家族用の宿泊施設

ドナルド・マクドナルド・ハウス おおさか建都ハウス（電話：06-6339-5855）や、アフラックペアレンツハウス大阪（電話：06-6263-1415）のほか、病院が運営している附属の宿泊施設もあり、利用可能です（有料）。

◇ がん相談支援センター

大阪市立総合医療センター、大阪母子医療センター、大阪大学医学部附属病院では、受診の有無に関わらず小児がんに関する相談を受け付けています。

きょうだい支援など、診療に直接関係ないようなことについても取り組みを行っていますのでご相談下さい。なお、電話でも相談を受け付けていますので、お気軽にご相談ください。

連絡先は2ページ～5ページの一覧をご参照ください。



◇ 学校教育

小学校・中学校については、病院内に小中学校の院内学級や支援学校の分教室が設置されている場合があります。また、入院した病院に院内学級などがない場合でも訪問指導による授業が行われています。また、国立・府立・大阪市立の高校においては、生徒の病状に応じて教員が訪問するなどの対応をしています。体調への配慮や転籍・転入学などの手続きが必要ですので、主治医や看護師、がん相談支援センターなど病院スタッフや学校の先生・教育委員会にご相談ください。

◆ がん治療中・治療後の学びと学校参加の支援 パンフレット



大阪府下のがん診療拠点病院では、病院スタッフや院内学級の先生、通っている学校（原籍校）の先生などが連携し、切れ目なく学習でき、教育が受けられるよう支援しています。その支援や配慮の内容について、患者さんやご家族の体験談も交えて紹介したパンフレットです。



こちらからダウンロードできます。
(ホームページ)

https://oici.jp/ocr/manabi_papermedium/index.html

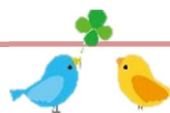
◇ 患者団体

患児・家族による交流会や相談会の開催、病気や療養生活についての随時相談など、必要なサポートや情報提供を行っています。どんな患者団体があるのかは、医師、看護師、がん相談支援センターにご相談ください。

(2) がん治療と妊娠

近年、がんに対する治療の進歩によって多くの患者さんが「がん」を克服し、がん経験者が増えています。しかし、がん治療の内容によっては、男性では精子をつくる機能が、女性では卵巣の機能などが低下し妊娠が困難になることがあります。このような実態を踏まえ、最近では、一定の条件付きながら、生殖機能を温存するための治療法も数多く試みられるようになってきています。

がん患者さんにとって、がんの治療による生殖機能への影響は大きな心配事のひとつであり、その温存治療については個々の状況に応じて、適切な情報を適切なタイミングで知ることが重要です。まずはがん治療を担当する医師にご相談ください。



◆ 大阪がん・生殖医療ネットワーク

大阪府でがん治療を受ける患者さんや治療を提供する医療者に向けて、生殖機能の温存について相談したいときや、実際に温存治療を受けるときに大阪府下のどこの施設に問い合わせればよいかホームページで紹介しています。

(ホームページ) <https://osaka-gan-joho.net/oo-net/>



◆ 大阪府がん患者等妊よう性温存治療費等助成事業

本サポートブック3章(8) p23 をご参照ください

◆ がん治療前の妊よう性・生殖機能温存のチラシ・パンフレット



こちらからダウンロードできます。

(ホームページ)

https://oici.jp/ocr/oonet_papermedium/index.html



7. 患者同士の支えあいの場

患者会と患者サロンについて

患者同士の支え合いの場には、患者会と患者サロンなどがあります。患者会とは、同じ病気や障がいなどの共通する体験を持つ人たちが集まり、自主的に運営する会です。互いの悩みや不安の共有、情報交換、社会に向けた活動を行っています。がん患者会には、特定のがん種に限った会と、特定しない様々な種類のがんを対象とした会があります。

患者サロンとは、がんのことを勉強したり、患者さんやその家族の方同士が、気軽に悩みや体験を語り合ったりして交流できる場のことで、病院内や地域に設置されています。患者さんや家族が主体となり運営しているところや、医療者が中心に活動を行っているところなど様々です。

参加してみたい患者会や患者サロンなど患者同士の支えあいの場の情報については、46～61 ページの一覧をご参照ください。



患者どうしの支え合いの場

※ 大阪府がん患者会等情報掲載要領に基づき、掲載申請書の提出があった患者会、患者支援団体を掲載しております。

自病院内の患者及びその家族の方のみを対象とされている病院や、現状と異なる場合がありますので、詳細については各患者会や支援団体、病院へお問い合わせください。

＜がん患者会＞

(五十音順)

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
乳がん	あけぼの大阪 【担当】中田 圭子 【TEL】06-6736-2167（月～金） 【メール】akebonoosaka@yahoo.co.jp 【HP】http://www.akebono-net.org	【活動内容】 ・毎月一回の交流会、相談会 ・講演会、勉強会 ・早期発見の促進啓発活動 ・冊子の発行 等 【主な活動場所】 ドーンセンター
肝臓がん	大阪肝臓友の会 【担当】東 泰敬 【TEL】090-4270-9215 【メール】oosaka.kanzou@gmail.com （特にお時間の指定はございません） 【HP】https://www.oosaka-kanzou.org	【活動内容】 ・肝臓病の医療講演会 ・交流会 ・会報発行 ・電話やメールによる相談への対応 等 【主な活動場所】 大阪市北区民センター・大阪難病相談支援センター
乳がん	カーネーション 【担当】市立岸和田市民病院がん相談支援センター 【TEL】072-445-1000（代表） （平日 9:00～17:00） 【HP】 https://www.kishiwada-hospital.com/patient/check_seminor/carnation/	【活動内容】 奇数月の第3木曜 14:00～16:00 ・情報交換、講義 ・交流イベント 等 【主な活動場所】 市立岸和田市民病院

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
全がん	がん患者と家族の会「いたわり」 【担当】ウォン 政代 【TEL】072-255-7530 （月～金 8:15～17:00） 【メール】 ansoudan@osakah.johas.go.jp 【HP】 https://www.osakah.johas.go.jp/cancercenter/club_itawari	【活動内容】 ・交流会、勉強会 等 【主な活動場所】 大阪ろうさい病院 2階 がんサロン
乳がん	関西ひまわりの会 【担当】佐伯 博美 【TEL】090-3970-7632 【メール】 himawari3663@gmail.com （10:00～17:00）	【活動内容】 ・定例会（講義、体験等） ・Q&Aの配布 ・ひまわり通言語訳 ・おしゃべりルーム開催 毎月第1土曜日（ただし正月三が日、 祝祭日を除く） ・日帰りツアー等のイベント開催 等 【主な活動場所】 田中完児乳腺クリニック、ラポールひらかた（枚方市総合福祉会館）
全がん	がんを明るく前向きに語る・金つなぎの会 【担当】広野 光子 【TEL】090-5614-0679 【メール】 kitto-12@e-net.or.jp （9:00～18:00） 【HP】 https://blog.goo.ne.jp/minna-yokunaru5529	【活動内容】 ・がん患者によるがん・難病相談 ・「中学・高校生と語る・いのちの授業」の実施 ・抗がん剤の実践 ・機関紙発行 等 【主な活動場所】 関西一円
喉頭がん	近声会 【担当】遠藤 美幸 【TEL】072-288-7036 （平日午前9時から午後5時までに限る） 【メール】 gansodan2022@med.kindai.ac.jp	【活動内容】 ・喉頭癌手術前の方へ向けた情報提供 ・喉頭癌手術を受けた方に向けた代用音声による発声練習 ・定例会の開催 等 【主な活動場所】 近畿大学病院

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
大腸がん 直腸がん 膀胱がん	（公益社団法人）日本オストミー協会・大阪府支部 【担当】嘉田 淑子 【TEL】080-9470-8690 【メール】 Kdysk2@gmail.com （9:00～17:00） 【HP】 http://www.ostomy.jp/kansai/	【活動内容】 ・講習会、勉強会、相談会 ・会報誌発行等による情報提供 ・交流会 等 【主な活動場所】 大阪市北区民センター 大阪府福祉情報コミュニケーションセンター
全がん	堺市がん患者と家族の会「よりそい」 【担当】事務局 中川 裕紀子、濱容子 【メール】 yorisoisakai@gmail.com	【活動内容】 ・総会 ・おしゃべり会等の定例会 ・会報の発行 ・ピアサポーター派遣 等 【主な活動場所】 堺市内
全がん	特定非営利活動法人がんと共に生きる会 【担当】濱本 満紀 【TEL・FAX】06-6354-3473 【メール】 info@cancer-jp.com （決まった時間はありません。お問い合わせはメールまたはFAXで受け付けています。） 【HP】 http://www.cancer-jp.com/	【活動内容】 ・がん医療に関する情報・知識の普及啓発 ・がん医療に関する政策提言 ・がん患者・家族・その遺族への支援 等 【主な活動場所】 東京、大阪、広島、島根、高知等の医療機関、公共施設
中皮腫	特定非営利活動法人中皮腫サポートキャラバン隊 【担当】理事長・平田 勝久、事務局長・片岡 明彦 【TEL】0120-310-279 又は 090-3657-0955 （10:00～18:00） 【メール】HP内の、問合せフォームよりお願いします。 【HP】 https://asbestos.or.jp/	【活動内容】 ・講演、交流会や訪談活動 ・情報の提供や交流 ・研究開発、新薬承認等への協力と働きかけ ・社会保障の充実・確保のための活動 等 【主な活動場所】 大阪府を拠点として全国
乳がん	なでしこ会 【担当】渡邊 美貴 （大阪府済生会野江病院がん相談支援センター） 【TEL】06-7635-3701(直通) （月～金 9:00～17:00） 【HP】 https://noe.saiseikaio.jp/gairai/kouza/index.html#link05	【活動内容】 ・奇数月の定例会 ・患者会会員による冊子の改訂版を作成 ・会報誌の発行 ・公認心理師による講演会 等 【主な活動場所】 大阪府済生会野江病院（大会議室）

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
全がん	乳がん患者会 輪～つながり～ 【担当】JCHO 大阪病院がん相談支援センター 【TEL】06-6441-5451（代表） （月～金 9:00～16:00 祝日・年末年始除く） 【メール】 osakatsunagari@hotmail.co.jp 【HP】 https://osakajcho.go.jp	【活動内容】 ・年1回の総会 ・年に2回、土曜日に「患者だけの集い」を開催 ・患者同士の交流 ・講演会 等 【主な活動場所】 JCHO 大阪病院 講堂等
乳がん	のぞみの会 【担当】渡邊 美紀 【TEL】06-6441-5451(大阪赤十字病院 代表) 【メール】 nozominokai@gmail.com	【活動内容】 ・定例会（患者間の交流）等 【主な活動場所】 大阪赤十字病院 東館地下 会議室
肺がん	肺がん患者会 Hi! フレンズ 【担当】ミヤケ 【メール】 2019.hifriends@gmail.com 【HP】 https://ameblo.jp/hifriends-2019/	【活動内容】 ・おしゃべり会 等 【主な活動場所】 大阪府内
全がん	ひまわりの会 【担当】大阪急性期・総合医療センターがん相談支援センター 【TEL】06-6692-1201(月～金 9:00～17:00) 【HP】 https://www.gh.opho.jp/patient/9/6.html	【活動内容】 ・交流会 等 【主な活動場所】 大阪急性期・総合医療センター内
子宮がん 子宮頸がん 卵巣がん 骨盤内のがん	婦人科がん患者会 ソレイユ 【メール】 salondesoleilh@gmail.com 【HP】 http://soleilxsoleil.wixsite.com/home	【活動内容】 ・茶話会 ・婦人科特有の問題等の相談等 等 【主な活動場所】 大阪大学医学部附属病院 オンコロジーセンター4F

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
全がん	ブランコの会 【担当】 市場 勝子 【メール】 swing.sakai@gmail.com	【活動内容】 ・年5回の定例会 ・勉強会、イベント ・参加者同士の交流会 ・会報誌の発行 等 【主な活動場所】 堺市立総合医療センター
全がん	ルピナス 【TEL】 06-6929-3632 (大阪市立総合医療センター がん相談支援センター) (平日 9:00～16:00)	【活動内容】 ・自己紹介、近況報告、情報交換 等 【主な活動場所】 大阪市立総合医療センター内

＜がん患者支援団体＞

(五十音順)

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
全がん	一般社団法人 I FOR YOU Japan 【担当】 岡田 雅代 【TEL】 072-749-1535 (月～金 8:45～17:15 祝日・年末年始除く) 【メール】 info@iforyouj.org 【HP】 https://iforyouj.org/	【活動内容】 ・医療者・セラピスト、がんを経験した患者や家族によるサポート 等 【主な活動場所】 患者サロン/箕面市・大阪市天王寺区 家族サロン/箕面市・川西市
全がん 介護者	一般社団法人らふ 【担当】 蓮尾 久美 【TEL】 072-468-8395 【メール】 info@laugh-sensyu.org 【HP】 http://laugh-sensyu.org/	【活動内容】 ・サロンにて相談、茶話会を開催 ・ネイルケア、フラワーアレンジメント等の開催 ・看護学生実習受入 ・研修会、市民講座の開催 等 【主な活動場所】 らふサロン(事務局)
全がん	NPO 法人大阪がんええナビ制作委員会 【担当】 濱本 満紀 【TEL・FAX】 06-6354-3546 (決まった時間はありません。お問い合わせはメールまたは FAX で受け付けています。) 【メール】 info@osaka-anavijp 【HP】 http://www.osaka-anavijp/	【活動内容】 ①がん医療、療養に関する ・ホームページ、ニュースレターによる情報提供 ・公開セミナー、学習会の開催 ・資料の収集 ②がん患者・医療者との交流 等 【主な活動場所】 大阪府内医療機関、公共施設等

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
全がん	NPO 法人つながりひろば 【TEL】06-4301-4990（平日 10:00～16:00） 【メール】 tsunagari.2017@gmail.com 【HP】 https://tsunagari-osaka.jp/	【活動内容】 ・各種相談（がん、栄養、介護など） ・ウォーキング教室、マラソン等の体力づくり ・「つながりファーム」での農業体験 ・アピアランスケア用品の紹介 等 【主な活動場所】 大阪国際がんセンター患者交流棟 2 階
全がん	大阪がん患者団体協議会 【メール】 osakacancerpatients@gmail.com 【HP】 https://osaka-cancer-patientsgroup.jimdofree.com/	【活動内容】 ・定例会 ・会員団体との情報交換会及び勉強会 ・がん対策に関する公開講座の開催 ・がん患者団体の運営支援 等 【主な活動場所】 大阪府下
全がん	公益財団法人 がんの子どもを守る会 【担当】大阪事務所 【TEL】06-6263-1333 （月～金 10:00～18:00） 【メール】 osaka@ccaj-found.or.jp 【HP】 https://www.ccaj-found.or.jp/	【活動内容】 ・各種相談・情報提供 ・交流会やキャンプ、ボランティア活動 ・会報誌・各種ガイドブック発行 ・療養費助成・研究費助成・奨学金給付 等 【主な活動場所】 東京本部、大阪事務所及び全国 21 支部
喉頭がん 咽頭がん	公益財団法人 阪喉会 【担当】杉本 隆 【TEL】06-6444-1321 （平日 10:00～15:00） 【メール】 jimu@hankoukai.jp 【HP】 http://www.hankoukai.jp/index.html	【活動内容】 ・代用音声の発声指導教室の開催 ・代用音声の指導員の育成 ・喉頭がんの予防のための禁煙キャンペーン活動 ・喉頭癌患者の社会参加のサポート 等 【主な活動場所】 当会および後援事務所
全がん	吹田ホスピス市民塾 【担当】半崎 智恵美 【TEL】090-6974-6951（10:00～20:00） 【メール】 suitahospice@gmail.com 【HP】 https://suita-hosupisu.jimdofree.com/	【活動内容】 ・がん患者、家族、遺族との交流 ・公開講座、勉強会 ・ピアサポート養成 ・会報誌発行 等 【主な活動場所】 吹田市役所ロビー、デュオ・ラコルタ、地域のサロン

主な疾患	団体名／問い合わせ先	活動内容、主な活動場所
全がん	認定 NPO 法人がんサポートコミュニティー 【TEL】03-6809-1825 (月～金 10:00～16:00 木曜は第1・3のみ) 【メール】 info@csc-japan.org 【HP】 https://csc-japan.org	【活動内容】 ・がん患者同士の語り合いの場としてのサポート ・グループの開催 等 【主な活動場所】 医誠会国際総合病院（南棟）ISEIKAI lounge さくらテラス 2 階サロン
全がん	認定 NPO 法人キャンサーネットジャパン 【担当】橋本 真由美、水野 洋美 【TEL】06-6886-3388 (月～金 10:00～16:00) 【メール】 info@cancernet.jp 【HP】 https://www.cancernet.jp/	【活動内容】 ・がん医療フォーラムの開催 ・乳がん体験者コーディネーター（BEC）養成講座及び認定試験 ・冊子の作成・配布 ・おしゃべり会の開催 等 【主な活動場所】 全国的に展開（対面、オンライン）
全がん 働く世代のがん	Worker and Cancer 【メール】 info.wandc@gmail.com 【HP】 https://workerandcancer.jimdofree.com	【活動内容】 ・夜間開催のコミュニティーサロン運営 ・セルフピアサポートWS 企画・開催 ・関係イベント・講演会への参加 ・院内ボランティア 等 【主な活動場所】 大阪市内

＜がん診療拠点病院が開設するサロンなど＞

医療圏	サロン名／問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
豊能	Toyonaka AYA トーク とよなかがんサロン 市立豊中病院 がん相談支援センター 06-6843-0101(代) 月～金 9:00～16:30(祝日、年末年始を除く)	Toyonaka AYA トーク 詳細は、HP・院内ポスターでお知らせします。(要申込み) 20代～40代のがん患者とその家族 とよなかがんサロン 第4月曜日 13:30～14:30 (要申込み)

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
豊能	がん患者交流会（40代以降女性の会） 市立豊中病院 市立豊中病院 精神科受付 「がんサポートプログラム窓口」担当：臨床心理士 06-6843-0101(代) 月～金 9:00～16:30(祝日、年末年始を除く)	第3水曜日 15:30～16:45 (予約制) 【開催場所】 健診センターラウンジ 女性限定
豊能	ひまわりサロン 市立池田病院 がん相談支援センター 072-751-2881 (13:00～16:00)	年4回（不定期） 開催予定や詳細はホームページ、院内ポスターでお知らせします。 【HP】 https://www.hospiked.a.osaka.jp/oupatient/center/ctc/ 【開催場所】 院内
豊能	さくらの小路 済生会吹田病院 がん診療連携拠点 06-6382-1521 (平日 9:00～17:00)	偶数月の第2月曜日 14:30～15:30 第2月曜日が祝日の場合は、第3月曜日 （事情により日時を変更する場合がありますので、事前にご確認ください。） 【開催場所】 本館2階 患者サポートセンター
豊能	サロン・ド・くわい 市立吹田市民病院 がん相談支援センター 06-6387-3311(代表) （平日 9:00～17:00 祝日、年末年始を除く）	不定期開催 14:00～16:00 ミニレクチャーと談話会 【開催場所】 講堂 自病院内の患者及びその家族のみ
豊能	千里がんサロン 済生会千里病院 がん相談支援センター 06-6871-0121 (代表) (9:00～16:00)	奇数月の第4木曜日 14:30～16:00 ミニレクチャー30分、サロン会（茶話会）1時間 【開催場所】 災害管理棟1階 会議室2 自病院内の患者及びその家族のみ
豊能	がんサロン ゆず 箕面市立病院 病院経営室 072-728-2001 (代表) (平日 8:30～17:00 祝日、年末年始を除く)	偶数月の第4金曜日 14:00～15:30 ミニレクチャーと参加者同士の交流会（要申込み） 【開催場所】 リハビリテーション棟4階 第1講義室

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
三島	がん患者サロン「ひだまり」 大阪医科大学大学院 がん相談支援センター 072-683-1221 (代表) (平日 9:00～16:00)	年6回程度 土曜日 (第1、3、5のいずれか) 10:00～12:00 ミニ講座・交流会 【開催場所】 院内会場 詳細は病院内掲示や病院 HP をご覧ください。 <u>自病院内の患者及びその家族のみ</u>
三島	たんぽぽ 愛仁会高槻病院 がん相談支援センター 072-681-3824 (平日 9:00～17:00 祝日、年末年始を除く)	奇数月の第3水曜日 14:00～16:00 勉強会1時間、茶話会1時間 (いずれかみの参加も可能です。) 【開催場所】 愛仁会ふれあい広場 ※不定期及びオンライン開催 <u>自病院内の患者及びその家族のみ</u>
三島	がん患者サロン 高槻赤十字病院 がん相談支援センター 072-696-0751 (代表) (平日 9:00～16:00)	不定期 13:30～15:00 ミニ講座・フリートーク 【開催場所】 がん相談支援センター
三島	こもれび 第一東和会病院 がん相談支援センター 072-671-1008 (代表) (平日 9:00～16:30)	年4回 (不定期) 勉強会や交流会の開催 【開催場所】 院内会議室
北河内	関西医科大学附属病院がんサロン 関西医科大学附属病院 地域医療連携部 072-804-2985 (平日 9:00～16:30)	年4回程度 【開催場所】 附属病院1階 第1会議室
北河内	がんサロン 松下記念病院 がん相談支援室 06-6992-1231 (代表) (平日 9:00～16:00)	毎月第2火曜日 13:00～1時間程度 【開催場所】 松下記念病院 2階 がん相談支援室
北河内	がんサロン 関西医科大学総合医療センター がん相談支援センター (患者総合相談窓口) 06-6992-1001 (代表) (平日 9:00～17:00、第1・3・5土曜日 9:00～13:00 祝日、休診日を除く)	年3回開催 (不定期) 開催予定や詳細は病院ホームページ上や 院内掲示にてお知らせします。 【開催場所】 病院内 <u>自病院内及び系列病院の患者及び その家族のみ</u>

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
北河内	佐藤病院 ガンサロン 佐藤病院 がん相談支援センター 072-850-8711 (代表) (平日 9:00～17:00、土曜日 9:00～12:00)	不定期開催 開催予定や詳細は院内掲示、ホームページにてお知らせいたします。 https://misugikaijp/satou_h/ganshinryo/cancer_saloon/
北河内	市立ひらかた病院がんサロン 市立ひらかた病院 がん相談支援センター 072-847-2821 (8:30～17:00)	2 か月ごとに開催 勉強会 (15:00～15:30)、交流会 (15:30～16:30) 【開催場所】市立ひらかた病院 2階講堂
北河内	がんサロン彩～いとり～ 守口敬仁会病院 がん相談支援センター 06-6906-9000 (平日 9:00～16:00)	年 4 回程度 セミナー・交流会 【開催場所】守口敬仁会病院 7 階会議室
中河内	緩和サロン たんぽぽ 市立東大阪医療センター がん相談支援センター 06-6783-3466 (平日 9:00～17:00)	勉強会と交流会不定期 年 4 回程度 乳がん会「さくら」:不定期 年4回程度 気功講座: 毎月第 3 木曜日 ※詳細は市立東大阪医療センターの HP を参照してください。
中河内	きらきら若ごぼうの会 八尾市立病院 がん相談支援センター 072-922-0881 (9:00～17:00)	毎月第 4 金曜日 14:00～14:30 ミニ勉強会 14:30～15:30 おしゃべり会 詳細は院内掲示およびホームページでお知らせします。 https://www.hospitalyao.osaka.jp/departement-section/section/ambulant-section/ 【開催場所】 当院 2F ②番 診療支援・相談窓口 相談室
中河内	やお徳サロン 八尾徳洲会総合病院 がん相談支援センター 072-993-8501 (平日 9:00～16:00 祝日、年末年始を除く)	毎月第 2 火曜日もしくは第 3 火曜日 14:00～15:00 程度 【開催場所】南館 3 階会議室
中河内	かしわらサロン 市立柏原病院 がん相談支援センター 072-972-0885 (8:30～17:00)	不定期 開催予定や詳細はホームページ、院内ポスターでお知らせいたします。

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
中河内	iサロン 石切生喜病院 がん相談支援センター 072-988-3284 (平日 9:00～15:00)	不定期開催 年2回程度 【開催場所】 会議室
南河内	がん患者サロン ろーすまりー 大阪南医療センター がん相談支援センター 0721-53-5761 (平日 9:00～17:00 祝日、年末年始を除く)	原則毎月第3 火曜日 13:00～15:00 (祝日を除く) 【開催場所】 大阪南医療センター2階(会議室) 詳細は、がん相談支援センターまでお問合せください。
南河内	がんサロン ぶらすα 済生会富田林病院 がん相談支援センター 0721-29-1121 (平日 9:00～16:00、第2・4土曜日 9:00～12:00、祝日、年末年始を除く)	年3～4回(不定期) 【開催場所】 病院2階 化学療法室・情報コーナー (場所は、変更する場合があります。) <u>自病院内の患者及びその家族のみ</u>
南河内	ひ～えるサロン PL病院 がん相談支援センター 0721-24-6100 (平日 8:30～17:00、土曜日 8:30～12:30)	年2回開催予定(不定期) 【開催場所】 PL病院2階 講堂(対面) <u>自病院内の患者及びその家族のみ</u>
南河内	白鳥の会 城山病院 がん相談支援センター 072-958-1000(代表) (平日 10:00～16:00)	年3回開催予定 14:00～17:00 事前の案内で、時間と場所はご確認ください。 <u>自病院内の患者及びその家族のみ</u>
南河内	あまみおしゃべりがんサロン 松原徳洲会病院 がん相談支援センター 072-334-3509 (平日 9:00～16:30 祝日、年末年始を除く)	月1回開催予定 14:00～15:00 【開催場所】 がん相談支援センター内 詳細は、詳細は院内掲示や松原徳洲会病院 ホームページでお知らせします。 https://www.matubara.tokushukai.or.jp
南河内	がんと共にしなやかに生きる会 大塚まひきの医療センター 患者総合相談室(がん相談支援センター) 072-957-2121 (平日 9:00～17:30)	年4回 14:00～15:00 勉強会と交流会 【開催場所】 2階診療室91

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
堺市	いたわり 陽だまり（女性がんサロン） 大阪ろうさい病院 がん相談支援センター 072-255-7530（平日 8:15～17:00）	いたわり 偶数月第4金曜日 13:00～14:00 【開催場所】 がんサロン 陽だまり（女性がんサロン） 奇数月第4火曜日 13:00～14:00 【開催場所】 がんサロン 女性がん患者
堺市	患者・家族サロン「なないろ」 堺市立総合医療センター がん相談支援センター 072-272-1199 （平日 9:00～16:30 祝日、年末年始を除く）	ほのぼのカフェ：勉強会年3回（HPにてご確認ください） 【開催場所】 当院のホールもしくは、患者教室大 おしゃべり会：毎月第2火曜日 14:00～15:00 【開催場所】 患者・家族サロン「なないろ」
堺市	患者サロン「なごみ」 がん患者さんのためのサポートグループ 近畿大学病院 がん相談支援センター 072-288-7036 （平日 9:30～16:00 祝日、創立記念日（11/5）、年末年始を除く）	患者サロン「なごみ」 年5回 10:00～11:00 又は 14:00～15:00 （詳細は、当院がんセンターHP内の「がん相談支援センター」にてご確認ください。） がん患者さんのためのサポートグループ 年4回 14:00～15:00 （詳細は、当院がんセンターHP内の「がん相談支援センター」にてご確認ください。）
堺市	がんサロン Bell・ヒーリングカフェ ベルランド総合病院 医療福祉相談室 072-234-2001 （平日 9:00～16:00、祝日を除く）	毎月第4土曜日 14:00～16:00 開催月によっては変更となる可能性があります。 【開催場所】 緩和ケア病棟内研修室 自病院内の患者及びその家族のみ

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象等
堺市	ラ・パンジ 耳原総合病院 がん相談支援センター 072-241-0501(代表) (平日 9:00～16:00、祝日を除く)	毎月第4土曜日 10:00～11:00 ミニレクチャーと交流会 【開催場所】 当院1階 グラン 自病院内の患者、家族及び堺市がん患者と家族の会「よりそい」会員は参加可
堺市	ひだまり 近畿中央呼吸器センター がん相談支援センター 072-252-3021 (平日 9:00～17:00)	毎月第1火曜日 14:00～15:30 ミニ講義とお話会 【開催場所】 大会議室 自病院内の患者、家族及び堺市がん患者と家族の会「よりそい」会員は参加可
泉州	がん患者サロン Luana 市立岸和田市民病院 がん相談支援センター 072-445-1000(代表) (平日 9:00～17:00)	奇数月 第4金曜日 13:30～14:30 ミニレクチャーと交流会など 【開催場所】 2階研修室
泉州	ひまわりの会 泉大津急性期メディカルセンター 企画室 0570-02-1199 (9:00～17:00)	3月・6月・9月・12月の第2金曜日 15:00～16:30 【開催場所】 4階 おづホール 乳がん、婦人科疾患の方とご家族
泉州	患者サロン 市立貝塚病院 地域医療連携室 がん相談支援室 072-422-5865 (代表) (平日 9:00～17:00 祝日、年末年始を除く)	年5回 14:00～15:00 【開催場所】 院内会議室 詳細は病院内ポスター、病院ホームページ
大阪市	がん患者会「1・3・5の会」 大阪国際がんセンター がん相談支援センター 06-6945-1870 (平日 10:00～16:00 祝日、年末年始を除く)	原則奇数月 第3日曜日 10:00～12:00 【開催場所】 大阪国際がんセンター1階大講堂 定例会の様子や定例会参加申込み方法、がん患者会「1・3・5の会」ホームページをご覧ください。(要事前申込み) https://www.cancergroup135.org/

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
大阪市	がん患者サポートの会 ぎんなん 大阪公立大学医学部附属病院 がん相談支援センター 06-6645-2725 (平日 9:00～16:45)	不定期開催 ○ミニ患者会(おしゃべり会) ○年数回講師の先生方による公開勉強会、 市民公開講座 開催につきましては当院ホームページに て随時ご案内しております。 【病院 HP】 http://omu.info/jmsahkky
大阪市	がんサロン 大阪市立総合医療センター がん相談支援センター 06-6929-3632 (平日 9:00～16:00 祝日、年末年始を除く)	月2回程度 詳細は院内掲示や病院ホームページでご 案内します。
大阪市	がん患者サロン「クロス+カフェ」 大阪赤十字病院 がん相談支援センター 06-6774-5152 (平日 8:30～16:00 祝日、年末年始を除く)	3ヶ月に1回(年4回) 水曜日 11時 ～12時 【開催場所】 本館2階 ボランティア室 <u>自院内の患者及びその家族のみ</u>
大阪市	くすのきCafé 大阪医療センター がん相談支援センター 06-6942-1331 (平日 10:00～16:00 祝日、年末年始を除く)	年4回開催 【開催場所】 オンライン開催
大阪市	がん患者サロン 大阪急性期・総合医療センター がん相談支援センター 06-6692-1201 (平日 9:00～17:00)	年2回(7月・12月) 予定 【開催場所】 大阪急性期・総合医療センター内

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
大阪市	患者による患者のためのがん・なんでも相談 がん患者サロンあいりす 大阪九いさつ病院 がん相談支援センター 06-6771-6051 (代表) (平日 9:00～16:00 祝日、年末年始を除く)	患者による患者のためのがん・なんでも相談 毎月第1金曜日 10:00～14:00 ※開催は変更になる場合があります。院内の案内及び病院ホームページでご確認ください。 病気の不安・治療に対する不安・より良い闘い方、心の悩み、予後の生き方・くらし方など、どんなことでもどうぞ！ 【開催場所】 1 階リボンスハウス がん患者サロンあいりす 2ヶ月に1回(奇数月の土曜日) 13:30～15:00 詳細は院内掲示及び病院 HP で案内します。
大阪市	ピオラ サクラ 大手前病院 がん相談支援センター 06-6941-0484 (代表) (8:30～17:15)	ピオラ 年2回 【開催場所】 病院内 詳細は院内掲示、ホームページで案内 サクラ 年1回 【開催場所】 病院内 <u>自院で骨髄移植を受けた患者</u>
大阪市	関西電力病院・がん患者会 医療福祉相談室 06-6458-5821 (代表) (平日 9:00～17:00、年末年始を除く)	隔月 1 回(当院ホームページや院内掲示にてお知らせ) 内容：患者さま・ご家族さま交流会
大阪市	ほっこり会 医学研究所付属病院 がん相談支援センター 06-6131-2555 (平日 9:00～17:00 祝日、休診日を除く)	毎月第2月曜日 13:30～14:30 ※祝日の場合は翌週月曜日開催 【開催場所】 医学研究所付属病院 本館5階第1会議室 詳細は院内掲示や病院 HP をご確認ください。
大阪市	がん患者サロン「つなく」 大阪府済生会中津病院 がん相談支援センター 06-6105-1343 (平日 9:00～15:00)	年6回(4月、7月、9月、11月、1月、3月)の第3または第4木曜日 14:00～15:30 【開催場所】 南棟3階 講堂など

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
大阪市	乳がんサロン Happiness 一般財団法人 住友病院 がん相談支援センター 06-6443-1261 (代表) (9:00～15:00)	年3回開催 講演と座談会 【開催場所】 住友病院 講堂 自病院内の乳がん患者及びその家族のみ
大阪市	あったか茶論 日本生命病院 がん相談支援センター 06-6443-3446 (代表) (8:30～17:00)	毎月第3水曜日 14:00～15:00 ミニ講座＋相談会など 【開催場所】 1階 あったかられあいホール 詳細は院内掲示や病院 HP をご確認ください。
大阪市	がん患者サロン がん患者と共に学ぶ会 淀川キリスト教病院 がん相談支援センター 0120-364-489 (平日 8:30～17:00 祝日を除く)	がん患者サロン 第2・第4週 月曜日～金曜日 がんの診断・治療を体験した患者さん・ご家族同士の語り合い 月・水・金(13:00～15:00)、木(14:00～15:00) 大切な方を亡くされた方のサロン 火(13:00～15:00) 【開催場所】 2階がん患者サロン
		がん患者と共に学ぶ会 年間6回程度(不定期) 14:00～15:00 講義と語り合いの場 【開催場所】 3階 会議室
大阪市	レインボーサロン 千船病院 がん相談支援センター 06-6471-9541 (9:00～17:00)	不定期(年3回程度)、金曜日 PM 患者同士の交流・情報共有が中心 【開催場所】 千船病院9F・患者ラウンジ
大阪市	プラタナスサロン 多根総合病院 地域医療連携室 06-6581-1071 (代表) (9:00～17:00)	不定期開催(2～3か月) 【開催場所】 多根総合病院4階講堂
大阪市	乳がん患者サロン「輝く会」 南大阪病院 がん相談支援センター 06-6685-0221 (内線5203) (平日 9:00～16:30、土曜日 9:00～14:30、祝日、年末年始を除く)	毎月第4水曜日 14:00～15:00 勉強会と交流会 【開催場所】 外来棟1階 多目的ホール 自病院内の患者及びその家族のみ

医療圏	サロン名/問い合わせ先	開催日時、内容、参加対象 等
大阪市	ぶらっと 大阪鉄道病院 がん相談支援センター 06-6628-2221 (代表) (平日 8:30～17:00、年末年始を除く)	不定期開催 (病院 HP 掲載します) 前半でミニ講座を行います。 【開催場所】 大阪鉄道病院 3階講堂
大阪市	サロン・ド・JUSO 十三市民病院 がん相談支援センター 06-6150-8000 (平日 9:00～16:00、年末年始を除く)	イベント&お話し会 第4水曜日 14:00～15:00 【開催場所】 9F すかいVルーム O部話会 毎週金曜日 15:00～16:00 【開催場所】 がん相談支援センター
大阪市	さくらサロン 医成会国際総合病院 がん相談支援センター 06-4301-5615 (9:00～17:00)	3か月に1回開催 14:00～16:00 公開医学講座と交流会 【開催場所】 ISEIKAI lounge さくらテラス 2 階サロン

ご存じですか？ 体力づくりの重要性

近年、がん治療を進める中で重要な要素のひとつに「体力の維持」が挙げられます。治療による体への負担や精神的なストレスから、倦怠感を感じたり活動性が低下しやすくなります。その結果として、「疲れるから動かない」「動かないから体力が低下する」といった悪循環に陥りがちです。入院中のリハビリテーションだけではなく、自分で行う運動も重要です。適度な運動を日常生活に取り入れ、体力づくりに取り組んでいきましょう。



●体力づくりの例

- ウォーキングなどの有酸素運動
- 自体重をもちいた筋力トレーニング
- 日常動作をスムーズにするストレッチ

など

●体力づくりのポイント

- 簡単にできることから始める
- 適度な外出を心掛ける（散歩など）
- なるべく階段を使う
- 座りっぱなしに注意する

など



自身に合った運動を行うには様々な方法がありますが、まず、がん治療の主治医等の指導やアドバイスを受けることが大切です。

運動支援に取り組む例として、大阪国際がんセンターの敷地内に開設された「ルネサンス運動支援センター」では、これまで600名以上のがん患者に運動相談や各種体力測定、運動指導を行い、通所とオンラインで日本全国のがん患者に運動指導を行っています。

ルネサンス運動支援センター

（場所と連絡先）〒541-8567 大阪市中央区大手前 3-1-69
電話：06-6947-5065（土日祝除く平日 9:00～18:00）



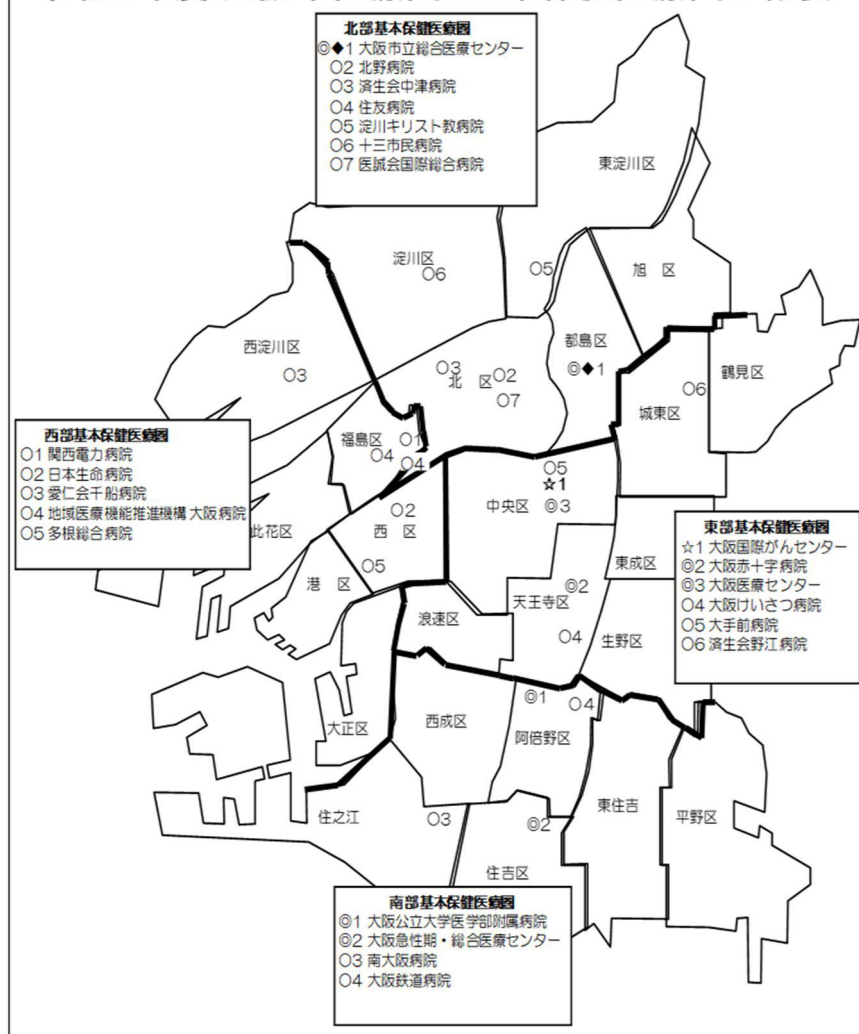
8. その他参考情報

令和8年4月1日時点

令和8年度 大阪府のがん診療拠点病院等配置図



令和8年度 大阪市医療圏 基本保健医療圏の概要



<大阪府>

名 称	住 所	電話番号（代）
大阪府庁	大阪市中央区大手前 2	06-6941-0351

<市町村> 介護保険・子育て支援・障がい者福祉・生活保護など

名 称	住 所	電話番号（代）
大阪市	大阪市北区中之島 1-3-20	06-6208-8181
堺市	堺市堺区南瓦町 3-1	072-233-1101
能勢町	豊能郡能勢町宿野 28	072-734-0001
豊能町	豊能郡豊能町余野 414-1	072-739-0001
池田市	池田市城南 1-1-1	072-752-1111
箕面市	箕面市西小路 4-6-1	072-723-2121
豊中市	豊中市中桜塚 3-1-1	06-6858-5050
茨木市	茨木市駅前 3-8-13	072-622-8121
高槻市	高槻市桃園町 2-1	072-674-7111
島本町	三島郡島本町桜井 2-1-1	075-961-5151
吹田市	吹田市泉町 1-3-40	06-6384-1231
摂津市	摂津市三島 1-1-1	06-6383-1111
枚方市	枚方市大垣内町 2-1-20	072-841-1221
交野市	交野市私部 1-1-1	072-892-0121
寝屋川市	寝屋川市本町 1-1	072-824-1181
守口市	守口市京阪本通 2-5-5	06-6992-1221
門真市	門真市中町 1-1	06-6902-1231
四條畷市	四條畷市中野本町 1-1	072-877-2121
大東市	大東市谷川 1-1-1	072-872-2181
東大阪市	東大阪市荒本北 1-1-1	06-4309-3000
八尾市	八尾市本町 1-1-1	072-991-3881
柏原市	柏原市安堂町 1-55	072-972-1501
松原市	松原市阿保 1-1-1	072-334-1550
羽曳野市	羽曳野市誉田 4-1-1	072-958-1111
藤井寺市	藤井寺市岡 1-1-1	072-939-1111
太子町	南河内郡太子町大字山田 88	0721-98-0300

名 称	住 所	電話番号（代）
河南町	南河内郡河南町大字白木 1359-6	0721-93-2500
千早赤阪村	南河内郡千早赤阪村大字水分 180	0721-72-0081
富田林市	富田林市常盤町 1-1	0721-25-1000
大阪狭山市	大阪狭山市狭山 1-2384-1	072-366-0011
河内長野市	河内長野市原町 1-1-1	0721-53-1111
和泉市	和泉市府中町 2-7-5	0725-41-1551
高石市	高石市加茂 4-1-1	072-265-1001
泉大津市	泉大津市東雲町 9-12	0725-33-1131
忠岡町	泉北郡忠岡町忠岡東 1-34-1	0725-22-1122
岸和田市	岸和田市岸城町 7-1	072-423-2121
貝塚市	貝塚市畠中 1-17-1	072-423-2151
熊取町	泉南郡熊取町野田 1-1-1	072-452-1001
泉佐野市	泉佐野市市場東 1-1-1	072-463-1212
田尻町	泉南郡田尻町嘉祥寺 375-1	072-466-1000
泉南市	泉南市樽井 1-1-1	072-483-0001
阪南市	阪南市尾崎町 35-1	072-471-5678
岬町	泉南郡岬町深日 2000-1	072-492-2001

<大阪府保健所>

名 称	住 所	電話番号
池田保健所	池田市満寿美町 3-19	072-751-2990
茨木保健所	茨木市大住町 8-11	072-624-4668
守口保健所	守口市京阪本通 2-5-5(守口市 庁舎 8 階)	06-6993-3131
四條畷保健所	四條畷市江瀬美町 1-16	072-878-1021
藤井寺保健所	藤井寺市藤井寺 1-8-36	072-955-4181
富田林保健所	富田林市寿町 3-1-35	0721-23-2681
和泉保健所	和泉市府中町 6-12-3	0725-41-1342
岸和田保健所	岸和田市野田町 3-13-1	072-422-5681
泉佐野保健所	泉佐野市上瓦屋 583-1	072-462-7701

<大阪市>

名 称	住 所	電話番号
大阪市健康局健康推進部健康づくり課（がん検診専用電話）	北区中之島1-3-20	06-6208-8250
北区保健福祉センター	北区扇町2-1-27	06-6313-9882
都島区保健福祉センター	都島区中野町2-16-20	06-6882-9882
福島区保健福祉センター	福島区大開1-8-1	06-6464-9882
此花区保健福祉センター	此花区春日出北1-8-4	06-6466-9882
中央区保健福祉センター	中央区久太郎町1-2-27	06-6267-9882
西区保健福祉センター	西区新町4-5-14	06-6532-9882
港区保健福祉センター	港区市岡1-15-25	06-6576-9882
大正区保健福祉センター	大正区千島2-7-95	06-4394-9882
天王寺区保健福祉センター	天王寺区真法院20-33	06-6774-9882
浪速区保健福祉センター	浪速区敷津東1-4-20	06-6647-9882
西淀川区保健福祉センター	西淀川区御幣島1-2-10	06-6478-9882
淀川区保健福祉センター	淀川区十三東2-3-3	06-6308-9882
東淀川区保健福祉センター	東淀川区豊新2-1-4	06-4809-9882
東成区保健福祉センター	東成区大今里西2-8-4	06-6977-9882
生野区保健福祉センター	生野区勝山南3-1-19	06-6715-9882
旭区保健福祉センター	旭区大宮1-1-17	06-6957-9882
城東区保健福祉センター	城東区中央3-5-45	06-6930-9882
鶴見区保健福祉センター	鶴見区横堤5-4-19	06-6915-9882
阿倍野区保健福祉センター	阿倍野区文の里1-1-40	06-6622-9882
住之江区保健福祉センター	住之江区御崎3-1-17	06-6682-9882
住吉区保健福祉センター	住吉区南住吉3-15-55	06-6694-9882
東住吉区保健福祉センター	東住吉区東田辺1-13-4	06-4399-9882
平野区保健福祉センター	平野区背戸口3-8-19	06-4302-9882
西成区保健福祉センター	西成区岸里1-5-20	06-6659-9882

<堺市>

名 称	住 所	電話番号
堺市保健所	堺市堺区南瓦町3-1(堺市役所内)	072-228-9933
堺市堺保健センター	堺市堺区南瓦町3-1	072-238-0123
堺市中保健センター	堺市中区深井沢町2470-7(中区役所内)	072-270-8100
堺市東保健センター	堺市東区日置荘原寺町195-1(東区役所内)	072-287-8120
堺市西保健センター	堺市西区鳳東町6-600(西区役所内)	072-271-2012
堺市南保健センター	堺市南区桃山台1-1-1(南区役所内)	072-293-1222
堺市北保健センター	堺市北区新金岡町5-1-4(北区役所内)	072-258-6600
堺市美原保健センター	堺市美原区黒山782-11	072-362-8681

<高槻市>

名 称	住 所	電話番号
高槻市保健所	高槻市城東町5-7	072-661-9333
高槻市保健センター	高槻市城東町5-1	072-661-9330

<東大阪市>

名 称	住 所	電話番号
東大阪市保健所	東大阪市岩田町4-3-22-300	072-960-3800
東大阪市東保健センター	東大阪市旭町1-1	072-982-2603
東大阪市中保健センター	東大阪市岩田町4-3-22	072-965-6411
東大阪市西保健センター	東大阪市高井田元町2-8-27	06-6788-0085

<豊中市>

名 称	住 所	電話番号
豊中市保健所	豊中市中桜塚4-11-1	06-6152-7307
豊中市立中部保健センター	豊中市岡上の町2-1-15 豊中市すこやかプラザ1階	06-6858-2293
豊中市立千里保健センター	豊中市新千里東町1-2-2 千里文化センターコラボ2階	06-6873-2721
豊中市立庄内保健センター	豊中市庄内幸町4-29-1 庄内コラボセンター1階	06-6332-8555

<枚方市>

名 称	住 所	電話番号
枚方市保健所	枚方市禁野本町2-13-13	072-807-7623
枚方市健康福祉部 健康づくり課	枚方市大垣内町2-1-20	072-841-1458

<寝屋川市>

名 称	住 所	電話番号
寝屋川市保健所	寝屋川市八坂町28-3	072-829-7771
寝屋川市保健所 すこやかステーション	寝屋川市池田西町28-22 市立保健福祉センター1階	072-812-2374

<八尾市>

名 称	住 所	電話番号
八尾市保健所	八尾市清水町1-2-5	072-994-0661
八尾市保健センター	八尾市旭ヶ丘5-85-16 (生涯学習センター内)	072-993-8600

<吹田市>

名 称	住 所	電話番号
吹田市保健所	吹田市出口町19-3	06-6339-2225
吹田市保健センター	吹田市出口町19-2	06-6339-1212

<年金事務所>

事務 所名	住 所	電話番号	管轄区域	
			健康保健厚生年金 保険	国民年金
大 手 前	大阪市中央区 本町 4-3-9 本町サンケイビル 10・11 階	06-6271-7301	都島区、中央区 浪速区、東成区 生野区、旭区 城東区、鶴見区	都島区 中央区
今 里	大阪市東成区 大今里西 2-1-8	06-6972-0161	—	東成区 生野区
天 満	大阪市北区 天神橋 4-1-15	06-6356-5511	北区(淀川年金事務所管 内の地域を除く。)	北区
淀 川	大阪市淀川区 西中島 4-1-1 日清食品ビル 2・ 3 階	06-6305-1881	東淀川区、淀川区 北区の一部 詳しくは お問い合わせください。	東淀川区 淀川区
福 島	大阪市福島区 福島 8-12-6	06-6458-1855	福島区、西淀川区	同左
堀 江	大阪市西区 北堀江 3-10-1	06-6531-5241	西区	西区 大正区
天 王 寺	大阪市天王寺区 悲田院町 7-6	06-6772-7531	天王寺区、阿倍野区、 富田林市、河内長野市、 松原市、羽曳野市 藤井寺市、 大阪狭山市、南河内郡	同左
貝 塚	貝塚市海塚 2-8-3	072-431-1122	貝塚市、岸和田市 泉佐野市、泉南市 阪南市、泉南郡	同左
難 波	大阪市浪速区 敷津東 1-6-16	06-6633-1231	—	浪速区
城 東	大阪市城東区 中央 1-8-19	06-6932-1161	—	旭区 城東区 鶴見区

事務 所名	住 所	電話番号	管轄区域	
			健康保健厚生年金 保険	国民年金
東 大 阪	東大阪市永和 1-15-14	06-6722-6001	東大阪市	同左
吹 田	吹田市片山町 2-1-18	06-6821-2401	吹田市、高槻市、 茨木市、摂津市 三島郡	同左
守 口	守口市京阪本通 2-5-5 (守口市役所内 7 階)	06-6992-3031	守口市、大東市、 門真市	同左
市 岡	大阪市港区 磯路 3-25-17	06-6571-5031	此花区、港区、大正区	此花区 港区
玉 出	大阪市住之江区 新北島 1-2-1 オスカードリーム 4 階	06-6682-3311	住吉区、西成区、 住之江区	同左
平 野	大阪市平野区 喜連西 6-2-78	06-6705-0331	東住吉区、平野区	同左
八 尾	八尾市桜ヶ丘 1-65	072-996-7711	八尾市、柏原市	同左
豊 中	豊中市岡上の町 4-3-40	06-6848-6831	豊中市、池田市、 箕面市、豊能郡	同左
枚 方	枚方市新町 2-2-8	072-846-5011	枚方市、寝屋川市 四條畷市、交野市	同左
堺 東	堺市堺区南瓦町 2-23	072-238-5101	堺区、中区、東区、 南区、北区、美原区	堺市
堺 西	堺市西区 浜寺石津町西 4-2-18	072-243-7900	西区、泉大津市、 和泉市、高石市、泉北郡	泉大津市 和泉市 高石市 泉北郡

<メモ>

地域の療養情報「おおさかがんサポートブック」

《編集》

- ・大阪府健康医療部健康推進室健康づくり課
生活習慣病・がん対策グループ
- ・大阪府がん診療連携協議会 がん相談支援部会

《編集協力機関》

- ・大阪国際がんセンター
- ・大阪大学医学部附属病院
- ・大阪医科薬科大学病院
- ・大阪南医療センター
- ・大阪医療センター
- ・大阪赤十字病院
- ・八尾市立病院
- ・堺市立総合医療センター
- ・関西医科大学附属病院
- ・市立岸和田市民病院
- ・大阪母子医療センター
- ・大阪市立総合医療センター
- ・大阪府立図書館
- ・ルネサンス運動支援センター

(順不同)

《連絡先》

- 大阪府健康医療部健康推進室健康づくり課
生活習慣病・がん対策グループ 電話 06-6941-0351 (代)
- 大阪府がん診療連携協議会 がん相談支援部会 事務局
(大阪国際がんセンター がん相談支援センター内)
電話 06-6945-1870 (直) 月～金 10:00～16:00

*本紙記載内容に関するご相談は、拠点病院のがん相談支援センターをご利用ください



©2014 大阪府もすやん

地域の療養情報
おおさか がんサポートブック

2026 年4月1日 発行