

おさんめ
おんえ!

なんとが

なるかま

～がんと暮らしのQ&Aカード～

2017年度版

発行：石川県がん安心生活サポートハウス「つどい場 はなうめ」

監修：NPO法人がんと暮らしを考える会



おんえ
おんえ

このカードについて

がんの療養生活を支える制度は情報がないと活用することができません。制度はすべての方にあてはまるとは限りませんし、難しいと書いていてもなんとかなることもあります。このカードは何も知らずにあきらめてしまう前に、しるべき相談窓口・専門職とつながって何らかの道を見つけていただくためのものです。

平成29年4月

石川県がん安心生活サポートハウス

つどい場 はなうめ

カードは表と裏で一對

表

患者さんやご家族の代表的な心配事とヒント

裏

【STEP1】 最初に検討・相談したら良い制度や手続きなどを挙げています

【STEP2】 それに加えて、あるいは変わって考えられるものがあることを示しています

【ワンポイント】 制度や手続きに関するアドバイスです

【相談窓口など】心配事を相談できる、相談窓口や専門職など

がん治療費の 負担が 心配です…

(公的制度編)



支払う医療費に上限があることを知っておこう！
年齢や所得に応じて支払う金額が違うよ。

同一月にかかった医療費
が高額になったら！



STEP

1

高額療養費制度

年齢・所得などで限度額が決まる。入院、外来、病院毎に分けて計算

※限度額適用認定証（各健康保険の窓口から発行）があると、医療機関の窓口での負担も軽減

自己負担額さらに軽減できるかも

- ・世帯合算：同じ世帯内で自己負担額や年齢によって合計額を限度額に収めることができる
- ・多数回該当：1年以内に限度額を超える月が3ヶ月以上ある場合、4ヶ月目から限度額を軽減するしくみ

STEP

2

医療費控除、高額医療・高額介護合算制度、石綿（アスベスト）健康被害給付、
労災保険（職業制胆管がん）、ひとり親家庭医療費助成制度、
小児慢性特定疾患研究事業による医療費助成、国民健康保険税の減免・徴収猶予など

ワンポイント

会社によって、医療費の助成がある場合もあるので確認しましょう。

- 相談窓口：がん相談支援センター、医療福祉相談室 ●専門職：医療ソーシャルワーカー、社会保険労務士
- 相談・申請窓口：協会けんぽ、健康保険組合、市区町村国保、国民健康保険組合、共済組合

がん治療費の 負担が心配です…

(民間保険編)



民間保険の給付金・特約を確認しよう!

医療費を補えるかも！



STEP
1

各種給付金

診断、入院、通院、手術、治療など原則3~5年以内なら請求可能

入院中に申請日までの入院給付金を受け取ることも可能(退院日までの分は後日請求)

STEP
2

リビングニーズ特約

余命半年の診断で、死亡保険金の一部、または全額を受け取ることのできる特約

ワンポイント

給付金の請求をするときに、ファイナンシャルプランナーに家計全般の相談をしてみるのもよいでしょう。診断給付金はある程度まとまった金額が支給されますが、自分の治療や社会復帰の見通しに寄ってその使用方法を検討しましょう。

仕事を休むことにしました。
生活していけるか心配です…



がんコミュニケーション

療養中の生活を保障する制度が使えるかも

サラリーマンは4つの条件
によっては受給できるかも!



STEP
1

傷病手当金

- ①業務外の事由による病気や怪我の療養のため休業が必要。
- ②仕事に就くことができない。
- ③休業した期間についての給与の支払いが減少またはない。
- ④連続する3日間を含み、4日以上仕事に就けなかった。

受給期間: 最長1年6ヶ月
支給額: 1年間の給与の約2/3

STEP
2

所得保障保険

主に自営業の方。加入していたら使えるかもしれません。

休職制度

勤務先によっては療養のための休暇が取れる制度がある場合もあります。

ワンポイント

傷病手当は会社を辞めても引き続き受けとることができる場合があります。3日間連続して休業しないで辞めたり、退職日に出勤してしまうと待機期間が完了せず支給条件を満たさなくなります。

家計が苦しいので 保険を解約しようかな…

♪オケラ
だーっまー



♪手のひらま
太陽に〜

立て替えや借り入れなど、解約する前に確認！

立て替えやお金を借りることができるかも！



STEP

1

- 保険料の立替** 解約返戻金の一定の範囲内で保険料を自動的に立て替えることができる。
- 契約者貸付** 解約返戻金の一定範囲内でお金を借りることができる。

STEP

2

- 減額・特約解約** 保険金額を減らす、特約を解約する方法。
- 払済保険** 保険料の払い込みを終了、保険期間はそのまま、保険金額を下げる方法。
- 延長保険** 保険料の払い込みを終了、保険期間を変更、保険金額はそのままの方法。

ワンポイント

がんになると新たに保険に加入することが難しくなります。
解約する前に、家計全体の収支も含めて、慎重に見直しましょう。

後遺症で今まで通りの
日常生活ができません。



このハクション
ブルブルはかこん
マミサービサーに
なまなにかた〜

がん患者が利用できる制度や給付金があります。

3つの条件によっては障害年金が受給できるかも!



障害年金

STEP

1

- ①初診日(初めて医師または歯科医師の診療を受けた日)
- ②保険料納付要件(初診日における保険料納付状況)
- ③障害状態に該当(初診日から1年6ヶ月が経過した時点で日常生活や労働に支障はありませんか?)

例) ほぼ寝たきり、副作用でしびれがとれない、在宅酸素医療を受けている、人工肛門、人工膀胱など
*老齢基礎年金を受給している方は多くは対象外

障害者手帳 身体に障害が残った場合、助成が受けられる仕組み

高度障害保険金 高度の障害に該当した場合、死亡保険金と同額が支払われる民間保険

STEP

2

その他:

重度心身障害者医療費助成制度、生活福祉資金貸し付け制度、
高額介護・介護予防サービス費、成年後見制度など

ワンポイント

障害者手帳を持っていなくても障害年金を受給できる場合があります。
(障害者手帳と障害年金は別物です)

身寄りがないゆえの不安があります。



自分で判断できなくなった時のこと、
元気うちに準備できたらいいかも!

いま準備できることがあるかも！



成年後見制度 とは

- 任意後見制度** 契約や各種手続きを行ってくれる人を自分で決めて判断能力がある時にサポートの内容を話し合っておく。公証役場で公正証書によって任意後見契約を結びます。
- 法定後見制度** すでに判断能力が不十分な方のための制度です。

ひとり暮らし の 心配事の例

- 保証人がいない
ので入院できな
いのではないか？** 連帯保証人や身元引受人がないことで病院の入院を拒否することはできません。成年後見人が保証人や身元引き受け人となり、責任を負うこともありません。
・連帯保証人：医療費の支払、損害賠償の保証、退院後の病室の現状回復。
・身元引受人：退院後の身元・遺体の引き取り、所持品の整理。
- 献体について
準備したい** 医・歯学の大学へ解剖学の教育・研究のため、ご遺体を無条件・無報酬で提供すること。本人・家族による事前申し込み・署名が必要。葬儀の後での献体も可能。
献体窓口： しらゆり会：金沢大学医学部内 (076-265-2495)
天寿会：金沢医科大学事務局内 (076-218-8049)

ワンポイント

お一人で生活されている方の心配事や状況はさまざまです。少しでも早い段階から時間をかけて準備できるよう、まずはがん相談支援センターや地域包括センターで心配事を整理してみましょう。

収入が減ったので
住宅ローン払えません。



いくつか方法があるかも！
長い目で考えてみましょう！

ローンの心配が
なくなるかも！



STEP

1

団体信用生命保険

加入者の死亡または高度障害状態などにより残りの住宅ローン債務が免除される。保険の種類や会社によって、免除の条件が異なる。(三大疾病特約など)

STEP

2

返済額の減額、返済期間の延長、マイホーム借り上げ制度、個人再生手続き、任意売却など

ワンポイント

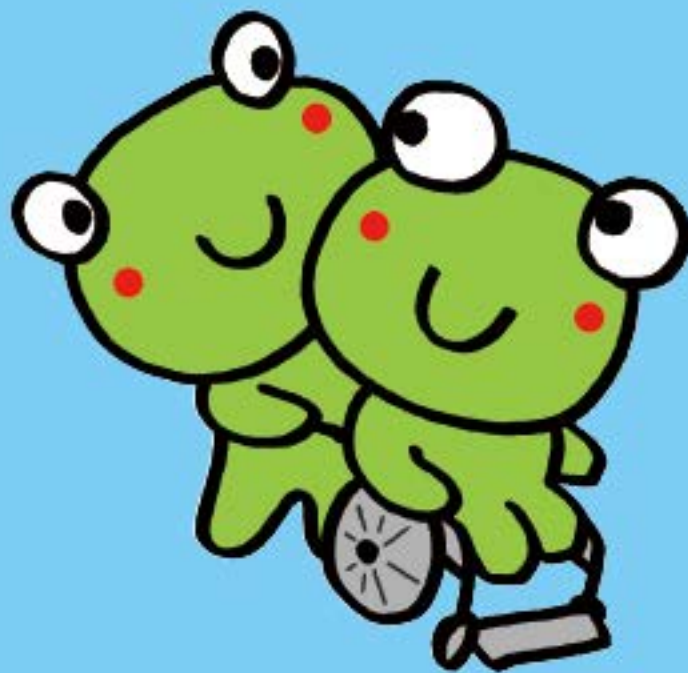
ローンについては様々な方法がありますが、後々の負担や支払い能力のこと、その他の家計バランスも含めて専門家とゆっくり考えましょう。

●相談窓口：融資を受けている金融機関、全国銀行協会相談室(ナビダイヤル:0570-017109)

●専門職：ファイナンシャルプランナー

家族ががんになりました。

私も仕事があり介護が心配です。



介護のためにお休みする制度が
活用できるかも！

まずは介護休暇を
取りましょう！



STEP

1

介護休暇

要介護状態にある家族の付き添い・手続きなどのためにとる、単発の休暇。
年間にとれる日数も介護が必要な人数によってかわります。

STEP

2

介護休業

要介護状態にある家族の介護のためにある程度まとまった休暇。

介護休業給付金

介護休業中に支給される給付金。

介護保険

40歳以上で介護保険を納めている場合、利用できるかもしれません。

ほか：遠距離介護割引など

ワンポイント

時間外労働の制限や深夜業の免除などの措置を勤務先に求めることもできます

●相談窓口：勤務先の労務担当、がん相談支援センター、がん拠点病院の就労相談、ハローワーク、加入している民間保険の担当・コールセンター、地域包括支援センター（ケアマネジャー）

●専門職：医療ソーシャルワーカー、社会保険労務士、ファイナンシャルプランナー（民間保険）介護保険制度（ケアマネジャー）

夫が亡くなった後の
生活が心配です。



手続きや万が一の時の生活に
使える制度等を知っておきましょう。

遺族年金が支給されるかも!



STEP

1

遺族年金 公的年金加入者(あるいは受給者)が亡くなった時に残された配偶者や子に支払われる年金。加入していた年金によって受給要件や受給額が違う。

STEP

2

寡婦年金 国民保険加入者の場合

子どもの学費 学資保険、奨学金

ひとり親家庭福祉制度 児童扶養手当、ひとり親家庭等医療費助成、親の職業訓練など

他:相続手続き、死亡一時金、葬祭費・埋葬料など

ワンポイント

もしもの事はあまり考えたくありませんが、備えられる事を知っておく事は大切です。このような機会にご家族で気になっている事や大切にしたい事を話し合っておくと、日頃知る事のない家族の一面を知る事にもなり、絆が強まる機会になるかもしれません。

●相談窓口:がん相談支援センター、がん拠点病院の就労相談、市町村の福祉担当課(ひとり親福祉)

●相談・申請窓口:年金事務所、街角の年金相談センター ●専門職:医療ソーシャルワーカー、社会保険労務士

治療が終わりましたが
社会復帰が心配です。



少しずつペースがつかめるように
職場とも働き方を話し合しましょう。

主治医、職場、それぞれ話し合い方のコツがあるよ！



職場への伝え方

- ①自分の状況を把握する。主治医に仕事内容や程度を伝え禁止事項などをあげてもらいましょう。
- ②職場に説明する。できること、配慮してほしいことなど、できるだけ具体的に伝えましょう。
- ③時短勤務や配置換えなど労務担当者と話し合いましょう。
- ④半日・時間単位での有給休暇をとる制度があれば、受診などに活用しましょう。

自信がない場合 行き詰まった場合

体験談から学ぶ

国立がん研究センターがん情報サービス
がんと暮らしのQ&A 参照

がんと仕事



社会保険労務士 に聴く

がん拠点病院の就労相談、はなうめ・がんと暮らしのカフェタイム
CSR プロジェクト、就労ホットコール

CSR プロジェクト



ワンポイント

主治医はあなたの仕事についてあまりイメージできないかもしれません。具体的な業務内容や心配事について、箇条書きにして渡した上で、注意点等のアドバイスをもらいましょう。

- 相談窓口：がん相談支援センター、がん拠点病院の就労相談、勤務先の労務担当、ハローワーク
- 専門職：医療ソーシャルワーカー、社会保険労務士、産業医・産業保健師

仕事を辞めるとしたら どんな手続きが必要ですか？



決める前にまず相談が基本！それでも辞めることになった場合、健康保険や年金、雇用保険に関する手続きがあります。

辞めなくてもいいかも



辞めると決めて行動に移す前に、専門職に相談してみましょう。休職制度、傷病手当金や障害年金の受給要件について、職場や専門職に相談してみると別の道が開けるかもしれません。

もし
辞めることにな
ったら

健康保険の切り替え 国民健康保険の場合…退職した日から14日以内に市町村の窓口で手続き。家族の扶養に入る場合…被保険者の職場に申し出ます。任意継続…勤め先を通して最長2年間継続できる。

年金の切り替え 厚生年金から国民年金に切り替える。退職の翌日から加入できるように。(未加入日が1日でもあってはならない)

失業手当の受給 退職日がわかるもの(退職証明や離職票)、自分と扶養家族の年金手帳を持って市町村へ。

退職後の収入に
不安がある場合

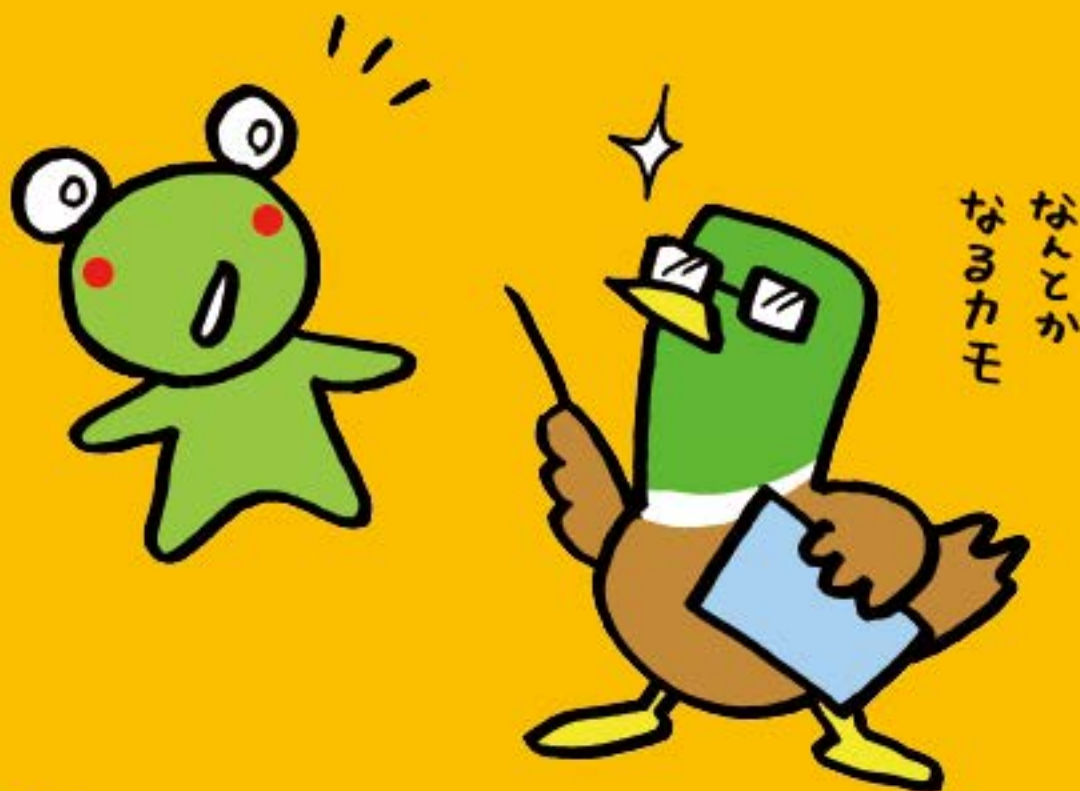
年金の繰り上げ給付・減免・猶予、生活保護など。

ワンポイント

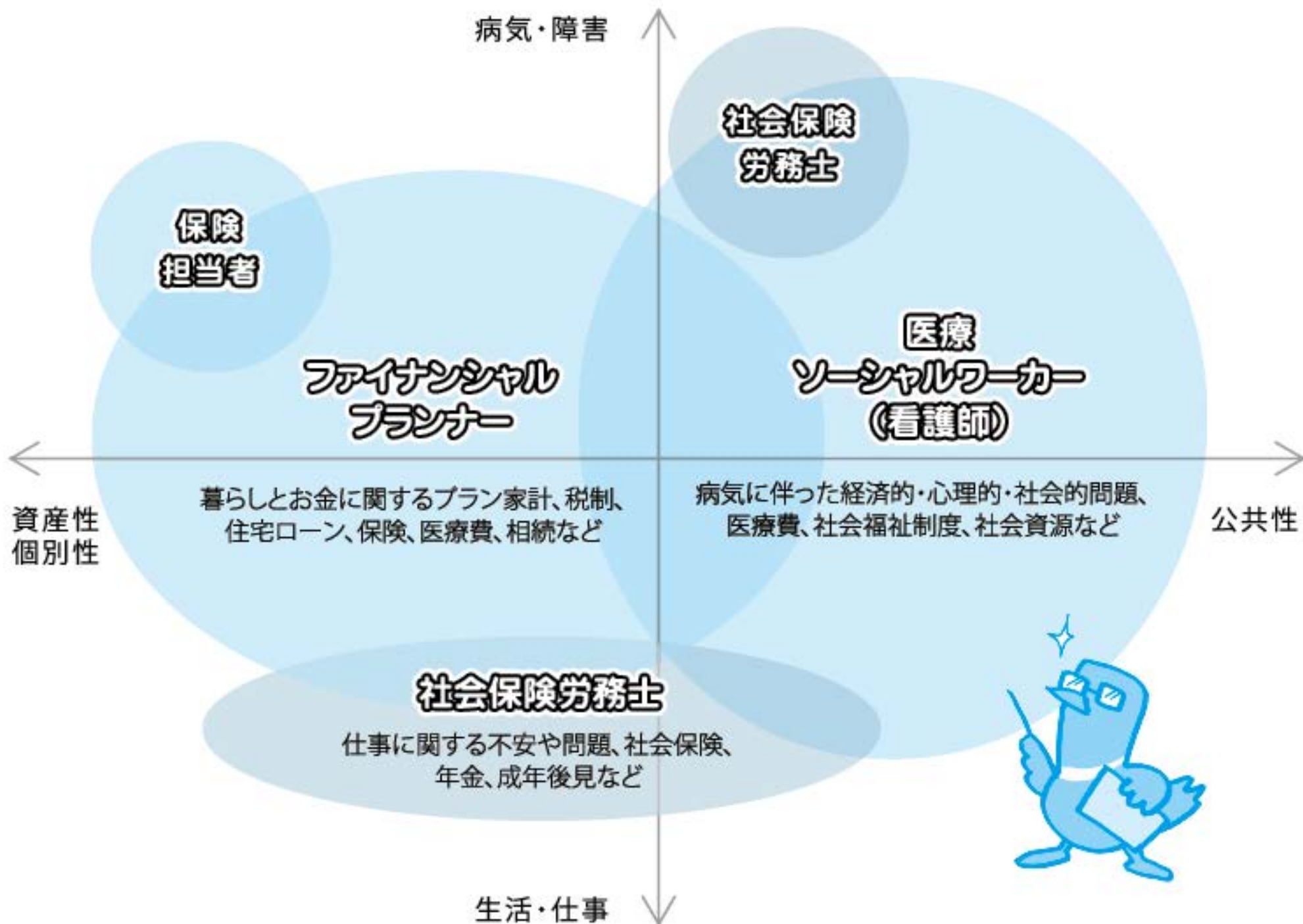
周りに迷惑をかけてしまう…そう思っていないですか？
まずは落ち着いて深呼吸。一人で決めないで専門家に相談してみましょう。

- 相談窓口：がん相談支援センター、がん拠点病院の就労相談、勤務先の労務担当、ハローワーク
- 専門職：医療ソーシャルワーカー、社会保険労務士、産業医・産業保健師

がんと暮らしに関する専門職って？



主な3つの職種について、
得意分野を知っておきましょう。



石川県内で飛び込める 相談窓口は？



まずはがん相談支援センターへ。

納得できなければ、1カ所であきらめないで。なにか糸口がつかめるかも！

がん相談支援センター

問い合わせ先

相談時間

社会保険労務士による就労相談

金沢大学附属病院
がん相談支援センター

金沢市宝町13-1
076-265-2040

月～金 9:00～17:00

水 13:00～16:30

石川県中央病院
がん相談支援センター

金沢市鞍月東2-1
076-237-8211 内線3341

月～金 8:30～17:00

水 13:00～16:00

金沢医療センター
がん相談支援センター

金沢市下石引町1-1
076-203-4581

月～金 8:30～17:00

火 13:00～16:00

金沢医科大学病院
がん相談支援センター

河北郡内灘町大学1-1
076-218-8217

月～金 8:45～17:00
土 8:45～12:45

月 9:00～13:00
(祝日の場合は木)

小松市民病院
がん相談支援センター

小松市向本折町ホ60
0761-22-7111 内線1150

月～金 9:00～16:30

木 13:00～17:00

公立能登総合病院
がん相談支援室

七尾市藤橋町ア部6番地4
0767-52-6611(代)

月～金 8:30～16:30

恵寿総合病院
けいじゅサービスセンター

七尾市富岡町94番地
0767-52-2300

月～金 8:30～17:00

芳珠記念病院
がん相談窓口

能美市緑が丘11-71
0761-51-5551

月～金 8:30～17:15
土(第1,3除く) 8:45～12:30

金沢市立病院
がん相談支援センター

金沢市平和町3-7-3
076-245-2600

月～金 8:30～17:00

金沢赤十字病院
がん相談支援室

金沢市三馬2-251
076-242-9823,076-242-9828

月～金 8:30～17:00

JCHO金沢病院
医療福祉相談室

金沢市沖町ハ15番地
076-253-5069

月～金 8:35～17:15

浅野川総合病院
がん相談支援センター

金沢市小坂町中83番地
076-252-2101 内線5132

月～金 8:30～17:00
土(第2除く) 8:30～12:00

石川県済生会金沢病院
がん相談支援室

金沢市赤土町二13-6
076-266-2918

月～金 8:30～17:00
土(第5除く) 8:30～12:30

公立松任中央病院
がん相談支援センター

白山市倉光3-8
076-275-2222 内線2003

月～金 8:30～17:15

看護師や医療ソーシャルワーカーなどが療養生活に関する相談に応じます。

相談料は無料。

ご相談内容が外に漏れる事はありません。

その病院にかかっていなくても、匿名でも相談する事ができます。



石川県がん安心生活 サポートハウスって？



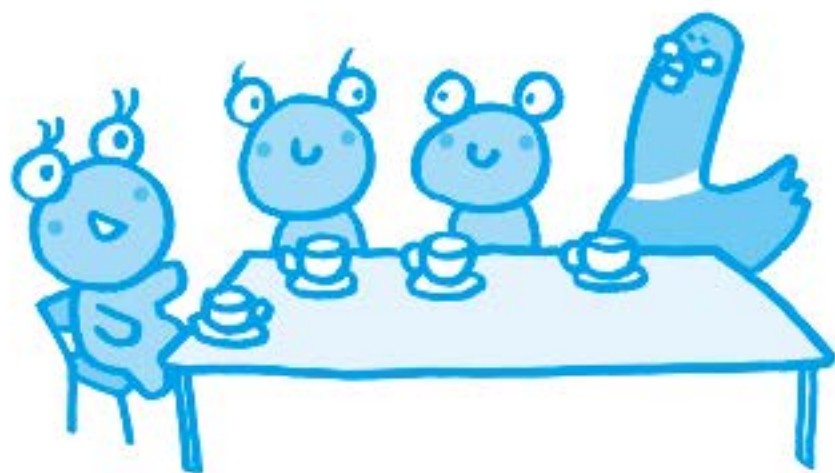
石川県がん対策に基づいて設置されたがんサロン。
愛称「つどい場はなうめ」。
第2水曜日午後は、がんと暮らしのカフェタイムです！

がんと暮らしのカフェタイム

[日時] 毎月第2水曜日14:00～16:00

[参加・相談] 無料

3つの職種が3つの視点でお待ちしています。特別なご相談がなくても、どうぞお気軽にご参加ください。話題提供のテーマに関わらずご相談はお受けしますが、特別に相談したい事がある場合は事前にご予約いただいた方がスムーズです。



医療
ソーシャルワーカー

くらし・こころ・医療のこと

社会保険
労務士

年金・働き方・休み方のこと

ファイナンシャル
プランナー

家計・保険・ローンのこと

[問い合わせ] 石川県がん安心生活サポートハウス つどい場 はなうめ

金沢市本多町3-1-10 県社会福祉会館3階 ☎076-234-2108