

# 府中がんケアを考える会通信 第22号 2015/3/25



## 第14回総会に向けて



府中がんケアを考える会の皆様、お変わりなく厳しかった冬を乗り越えられましたでしょうか。紅白の梅が満開となり、福寿草の花がパツと黄の色をきわだたせて咲いているのを見ますと、冬が終わって春がもうそこまで来ているのだと感じ、嬉しくなります。

会報22号をお届け致します。

本年度、大きく前進したのは「話してみようよ『がん』のこと」- 患者と家族で語り合う集い- で、3月29日で13回を数えるに至りました。

毎月文化センター等にチラシを置いてもらいますが、お持ち帰りになる方が徐々に多くなり、それに比例して“語り合う集い”に来られる方が多くなり始めました。

ご承知のように「がん」には身体的痛みだけでなく、精神的苦痛〈手遅れなのではないか、もしかしたら死ぬのではないかという不安、いらだち、何で私のがんにならなきゃいけないの〉や、経済的不安〈仕事を続けられるだろうか〉などなど、色々な痛みが伴います。

健康な人には話せない、そういう思いをこの会にいらっしゃると堰を切ったようにお話られるようです。

帰りには来られた患者さん同士手を握り合って励ましあい、頑張ろうネ！を言い合っている光景を拝見するようになりました。

## 総会にご参加を

5月17日は(日)第14回総会です。

昨年同様総会のあと懇親会を予定しております。

詳しい案内は会員の皆様には後日送付いたします。

会員でない方も参加できます。

皆様の参加をお待ちしています。



### 府中がんケアを考える会・第14回総会 参加のお願い

日時：5月17日(日) 午後1時半より  
場所：ルミエール府中 1階講習会議室  
懇親会：4時半同じ場所にて  
懇親会会費 2千円

総会に当たって講演会を予定しています。  
会員でない方も参加できます。

## 変わったぞ！高額療養費

改正された所得区分で70歳未満の負担額はどう変わるのか〈70歳以上は従来どおり〉

所得区分	ひと月あたりの自己負担限度額
上位所得 (年収約770万円以上) 健保:標準報酬月額53万円以上 国保:年間所得 600万円以上	150,000円+ (医療費-500,000円)×1% 多数該当は 83,400円
一般所得者 上位所得者、住民税非課税者以外	80,100円+ (医療費-267,000円)×1% 多数該当は 44,400円
住民税非課税	35,400円 多数該当は 24,600円



所得区分	ひと月あたりの自己負担限度額
年収約1,160万円以上 健保:標準報酬月額 83万円以上 国保:年間所得 901万円以上	252,600円+ (医療費-842,000円)×1% 多数該当は 140,100円
年収約770万円~1,160万円 健保:標準報酬月額 53万円~79万円 国保:年間所得 600万円~901万円	167,400円+ (医療費-558,000円)×1% 多数該当は 93,000円
年収約370万円~770万円 健保:標準報酬月額 28万円~50万円 国保:年間所得 210万円~600万円	80,100円+ (医療費-267,000円)×1% 多数該当は 44,400円
年収~約370万円 健保:標準報酬月額 26万円以下 国保:年間所得 210万円以下	57,600円 多数該当は 44,400円
住民税非課税	35,400円 多数該当は 24,600円

※ 年間所得とは所得合計から基礎控除(33万円)を控除した額。

高額療養費は病院、薬局の窓口で支払った額が暦日(1日から末日)で一定額を超えた場合、超えた金額が後日健康保険から払い戻される制度です。本年1月より70歳未満の所得区分が改正されました。

### 計算をしてみよう！！

一般所得者の場合で計算してみます。改正後は28万円から50万円の区分になります。

#### 総医療費が100万円の場合

$$80,100円 + (1,000,000円 - 267,000円) \times 1\%$$

これで87,430円になります。この金額が自己負担(実際に払う医療費)の限度額となります。

窓口の支払は 1,000,000円の3割負担、300,000円ですが高額療養費の適用で  $300,000円 - 87,400円 = 212,600円$  が戻ってくるようになります。

所得区分が53万円~79万円の場合は、自己負担額は171,820円となり、 $300,000円 - 171,820円 = 128,180円$ しか戻りません。

高所得者にはさらに負担が増えることになります。

#### さらに負担を軽減するためには

同じ医療保険であれば暦月一ヶ月内の複数医療機関、被扶養者の医療費が合算できます。

直近12ヶ月の間に、すでに3回以上の高額医療費支給を受けている場合、その次(4回目)の上限額がさらに引き下がります。(上表の多数該当)

ただし自己負担が2万1千円以上の医療費についてのみの合算です。

#### 支給申請は

加入している公的医療保険に「支給申請書」を提出します。2~3ヵ月後に支給されます。

府中市の場合、受給該当者に保険年金課から連絡があります。その後申請書類を提出します。

#### 減額認定証交付申請書

減額認定証をあらかじめ申請しておけば窓口での支払が自己負担限度額内に収まります。

入院が決まっている場合、先に申請しておくことをお勧めします。

## がんケア豆知識 第3回 「がんの治療」

訪問看護師 宮田乃有

2人に1人ががんにかかると言われ、一般の方にも「がんはけっしてまれな病気ではない」という認識が広がってきています。テレビや書籍などのメディアでも、がんをテーマにしたものが増え、治療法や治療の是非についてさまざまな情報を目にするようになりました。

がんの治療にはどんなものがあるか、まず基本的なところをおさえておきましょう。

がんの告知を受けた方に示される治療方法は、基本的に①手術療法 ②化学(薬物)療法 ③放射線療法 の3種類があり、これを三大療法と呼んでいます。

これらの治療法には、それぞれに長所と短所があります。どの治療方法を選択するか、どのように組み合わせていくかは、がんの種類やステージ(病期)、その人の年齢や性別、さらに環境や希望なども含めて総合的に検討されます。

ある状態の一般的な患者さんにとって、科学的根拠に基づいた観点から現在利用できる最良の治療として推奨される治療を「標準治療」と呼びます。最近では、治療方針を検討する際に「診療ガイドライン」も参考として用いられるようになってきました。

三大療法を補ったり、その代わりに行なったりする医療のことを「補完代替療法」といいます。いわゆる健康食品やサプリメントのほか、食事療法、鍼・灸、マッサージ療法、運動療法、心理療法、さまざまな民間療法などが含まれます。ただし、がんに対する治療効果が科学的に証明され、治療法として推奨されているものはないのが現状です。補完代替療法を用いる際は主治医とよく相談し、全身状態や病気の進行度、今受けている治療の内容を検討したうえで選択しましょう。

医療の効果には不確実性があり、患者さんの体の個別性も影響します。最新の「西洋医学」だから効果がある、「東洋医学」だから安心、というわけでもありません。自分の希望と客観的な情報とを照らしあわせ、どのような治療が「自分にとっての最良なのか」について、家族や専門職など多くのサポーターとともに検討していくことが大切です。



### <参考>

- ・「がんを学ぶ」 <http://ganclass.jp/treatment/>
- ・「がん情報サービス」 [http://ganjoho.jp/public/dia\\_tre/index.html](http://ganjoho.jp/public/dia_tre/index.html)

## 話してみようよがんのこと-患者と家族で語り合う集い 報告

がんと向き合っている方々や家族ががんについて色々な思いを語り合ったり、情報交換をしたいという思いからはじめた「語り合う集い」は3月で13回となりました。

毎月文化センターにチラシを配置する努力が実り、今年に入りチラシを見て参加される方が増えてきました。受付の際に簡単なアンケートを頂き、グループ分けをし、話しやすい環境を作る工夫も始めました。まだまだ発展途中ですが、皆様に「また来て話したい」と思っていただけのような環境を作り、そして出会いから、人と人がつながり、支え合えるような会に成長できたらと思います。

### 第11・12回患者会報告ー新しい参加者が増えましたー

1月25日日曜日にルミエール府中会議室にて第11回患者会が行われました。

寒い中当日の参加者は女性6名、うち5名は新しい方々でした。

40台から高齢者までいつになく多くの方がいらっしゃいました。

治療中の方々、参加者の話を聞きたいと見えた方もいらっしゃいます。



これからの不安を抱え、少しでも今がんとたたかっている先輩の話聞き、お友達になれたら嬉しい、との感想もありました。

病院の先生から「抗がん剤をする時、髪の毛が抜けるのと抜けないのがあるが、どちらを選びますか。」と聞かれた方がいらっしゃいました。

自分だけが病気ではなく、みなさんとおなじで、一人ぼっちではなかったと少し安心された方がおり、明日から治療が始まるという方からは、体験者のお話を聞いて良かったし、自分もお話できてよかった、という感想をいただきました。

2月28日患者会は参加者が増えたため二つのテーブルにグループ分けをしました。前回つらい思いをこらえながら語った方も、同じ思いの仲間と語り合うことではずんだお話が続きました。

笑い声が絶えなかつたり、先生の話で盛り上がったり、予定の時間を30分以上過ぎてもお話がつきませんでした。

患者会が始まって1年半、ようやく患者さんに応えられる患者会になった、と実感できました。

**編集後記** 国分寺のお客さんと患者会の話になりました。国分寺には患者会がないため「いいですね」とお話されていたのが印象的でした。

埼玉大学名誉教授 山口仲美さんの「大学教授がガンになってわかったこと」(幻冬舎800円)お勧めです。治療法から病室の選択、医者、看護師、患者との付き合い方まで、がん患者「初心者」のガイドブックのような本です。

武智

発行 府中がんケアを考える会・会報編集部

連絡先 183-0004 東京都府中市紅葉丘3-33-4 駒ヶ嶺 泰秀 電話・FAX 042-302-2607

Mail: ktakechi@fa2.so-net.ne.jp (武智)