

がん、もっと知りたい！

治療、生活、これからのこと



「コバトン」「さいたまっち」

日本人の二人に一人ががんになるという現代日本において、がんに関する正しい知識を持つことやがんの情報を入手する方法を知るとはとても大切なことです。埼玉県立久喜図書館では、「がん情報コーナー」を常設し、がんの基礎知識から各種がんに関する図書約500冊に加え、パンフレット類や患者会情報など「がん」に関する総合的な情報の提供に努めています。

この資料リストでは、「がん情報コーナー」に並んでいる図書の中から、項目ごとに一部を抜粋してご紹介しています。また、各項目に関連する「ぜひ知っておきたいインターネット情報」についてもあわせて掲載してあります。

健康・医療情報コーナー内
「がん情報コーナー」



埼玉県立久喜図書館 自然科学・技術資料担当
久喜市下早見 85-5 Tel: 0480-21-2659

目次

- はじめに・・・がんってなに？ / まず読みたい1冊 / 病院を探す
- 各種がん・・・各種がんについて調べる
- 治療・ケア・・・薬物療法 / 放射線療法 / 免疫療法 / 栄養・食事 / 緩和ケア
アピアランスケア / リハビリテーション / 心のケア
- 就労・生活・・・がんと仕事 / がんとお金
- サポート・・・周囲のサポート / 雇用主にできること / 体験談・闘病記
- 最新情報を探す

就労・生活に関するその他の資料はミニ展示資料リスト「がんと仕事～社会とつながる～」(H.29.8作成)をご覧ください。



図書資料



わかりやすい図書（入門書）



専門的な記述のある図書（専門書）



インターネット情報



熊谷図書館所蔵資料（マーク無しは久喜図書館所蔵）

県立図書館の資料は、県内の公共図書館に取り寄せができます。お近くの図書館にご相談ください。

がんってなに？ がんの仕組みを知る

- 📖 『まるごとわかる！がん』（元雄良治／著 南山堂 2017）
- 📖 『「がん」はなぜできるのか そのメカニズムからゲノム医療まで』（国立がん研究センター研究所／編 講談社 2018）
- 📖 『やさしい腫瘍学』（小林正伸／著 南江堂 2014）

まず 読みたい1冊

- 📖 『知れば怖くない本当のがんの話』（中川恵一／著 中央公論新社 2017）
- 📖 『がんになったら手にとるガイド 患者必携』（国立がん研究センターがん対策情報センター／編著 学研メディカル秀潤社 2013）

🖥️ 下記ウェブサイトから最新版を無料で読むことができます。
《患者必携》（<http://ganjoho.jp/hikkei/home.html> 国立がん研究センターがん対策情報センター）
そのほか「わたしの療養手帳」「もしも、がんが再発したら」も閲覧できます。

がんの予防・検診について

がんの予防について書かれた資料は多くありますが、科学的な根拠に基づいて書かれているか確認しましょう。

- 🖥️ 《予防・検診》（http://ganjoho.jp/public/pre_scr/ 国立がん研究センターがん情報サービス）
科学的根拠に基づいたがんの原因や予防について説明。がん検診の有用性についても書かれています。
- 🖥️ 《がん予防・がん検診の推進》（http://www.jcancer.jp/about_cancer_and_checkup 日本対がん協会）
「がんを防ぐための新12か条」の紹介や、各種がん検診について検診の意義と目的をまとめてあります。

病院を探す

- 🖥️ 《埼玉県がんサポートハンドブック》
（<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0705/gantaisaku/gansupporthandbook.html> 埼玉県）

埼玉県のがんに関する情報を知りたいときに便利な資料です。埼玉県内のがん診療連携拠点病院、県内のがん診療指定病院、セカンドオピニオン外来のある病院一覧などの掲載があります。埼玉県ウェブサイトから全文ダウンロードできます。

がん診療連携拠点病院（国指定）：全国どこでも、「質の高いがん医療」を提供することを目指して、各都道府県による推薦をもとに、厚生労働大臣が指定した病院です。

がん診療指定病院（県指定）：「がん診療連携拠点病院」に準じる、質の高い医療機能を有する医療機関を、県独自で指定した病院です。

- 📖 上記のほか、埼玉県のがん対策に関する情報は、
『埼玉県がん対策推進計画 平成30～35年度』（埼玉県保健医療部疾病対策課 2018）
にまとめられています。



各種 がんについて調べる

各種がんについて調べるとき、参考になる図書やウェブサイトをご紹介します。
シリーズから個別の病気の図書を探すときは、『 』の中の言葉+「肺がん」など病名で検索を。

- 初級  『よくわかる最新医学』シリーズ (主婦の友社)
- 中級  『インフォームドコンセントのための図説』シリーズ (医薬ジャーナル社)
-  『国立がん研究センターのがんの本』シリーズ (小学館クリエイティブ)
-  『国がん中央病院がん攻略』シリーズ (法研)
- 上級  『癌取り扱い規約』シリーズ (金原出版)、**各種がん診療ガイドライン** (詳細は下記へ)
- 退院後  『手術後・退院後の安心』シリーズ (法研)

診療ガイドライン…各学会などがそれぞれの病気について、科学的な根拠に基づいて作成した**標準的な診療方法**の書かれた資料です。

診療ガイドラインは図書や雑誌として刊行されるほか、インターネットでのみ公開されているものも多数あります。(診療ガイドラインが作成されていない疾患もあります)

がんの診療ガイドラインを探すのに便利なウェブサイト

-  《**がん診療ガイドライン**》(<http://www.jSCO-cpg.jp/> 日本癌治療学会)
各種がんの最新のガイドラインの情報を掲載しています。
インターネット上で閲覧できるガイドラインには、リンクが貼られています。

☆知りたいがんの本がない、最新の情報が入手したい時は…

-  《**がん情報サービス**》(<http://ganjoho.jp/public/index.html> 国立がん研究センター)
国立がん研究センターが運営する、わかりやすいがんの情報を提供するウェブサイト。
「それぞれのがんの解説」に部位別のがんの基礎知識や治療について書かれています。

治療法 薬物療法

-  『**抗がん剤治療と上手につきあう本**』(陶山浩一/編 日経BP社 2016)
-  『**フローチャートでわかるがん化学療法の副作用**』(田原信/編 南山堂 2015)
-  『**安全ながん薬物療法のために知っておきたい薬のハンドブック**』
(小松嘉人/監修 ヴァンメディカル 2017)
-  『**がんの薬物療法マニュアル**』(畠清彦/編著 中外医学社 2014)

『**学びの広場シリーズ からだ編**』

静岡県立静岡がんセンターが作成した「学びの広場シリーズ」。「診療編」「からだ編」「こころ編」「暮らし編」に分けて20冊の冊子が発行されていて、「からだ編」には、抗がん剤治療による様々な副作用についての冊子が充実しています。下記のアドレスから、全文無料でダウンロードできます。

《**学びの広場シリーズ**》

(https://www.scchr.jp/supportconsultation/book_video.html 静岡県立静岡がんセンター)

治療法 放射線療法



(がん研有明病院放射線治療部／編著 真興交易医書出版部 2012)



『がん・放射線療法 2017』(大西洋ほか／編著 学研メディカル秀潤社 2017)



『放射線治療計画ガイドライン』(日本放射線腫瘍学会／編 金原出版 2016)



『やさしくわかる放射線治療学』(日本放射線腫瘍学会／監修 学研メディカル秀潤社 2018)



「薬物療法」の項目でご紹介した『学びの広場シリーズ』からは、冊子『**薬物放射線治療と脱毛**』がダウンロードできます。

(https://www.scchr.jp/supportconsultation/book_video.html 静岡県立静岡がんセンター)

治療法 免疫療法



『がん免疫療法とは何か』(本庶 佑／著 岩波書店 2019)



『やさしく学べるがん免疫療法のしくみ』(玉田耕治／著 羊土社 2016)



『がん免疫療法ガイドライン 第2版』(日本臨床腫瘍学会／編 金原出版 2019)

がんの免疫療法について

近年話題の「がん免疫療法」ですが、現時点で治療効果が科学的に証明されているものはごく一部です。国立がん研究センターがん情報サービスのウェブサイト内、以下のページが参考になります。



《免疫療法、まず、知っておきたいこと》

(https://ganjoho.jp/public/dia_tre/treatment/immunotherapy/immu01.htmlhttps://ganjoho.jp/public/dia_tre/treatment/immunotherapy/immu01.html 国立がん研究センター)



《免疫療法 もっと詳しく知りたい方へ》

(https://ganjoho.jp/public/dia_tre/treatment/immunotherapy/immu02.html 国立がん研究センター)

栄養・食事



『患者さん目線から考えるがんの栄養・食事ガイドブック』

(松浦成昭／監修 メディカルレビュー社 2017)



『やさしいがん患者の代謝と栄養管理』(東口高志／編著 医薬ジャーナル社 2017)



『がん研有明病院の抗がん剤・放射線治療に向きあう食事』

(伊沢由紀子／食事指導 小口正彦／医療解説 女子栄養大学出版部 2014)

「がん研有明病院の胃がんに向きあう食事」「がん研有明病院の肝臓がん・胆道がん・膵臓がん治療に向きあう食事」「がん研有明病院の口とどのがん治療に向きあう食事」「がん研有明病院の大腸がん治療に向きあう食事」など、シリーズは全5点あります。

緩和 ケア

- 『患者さんと家族のためのがんの痛み治療ガイド』
(日本緩和医療学会ガイドライン統括委員会／編 金原出版 2017)
- 『はじめてのがん疼痛ケア』(木澤義之／編 メディカ出版 2015)
- 『がんサバイバーを支える緩和デイケア・サロン』(阿部まゆみ／編著 青海社 2015)
- 『ご家族のためのがん患者さんにご家族をつなぐ在宅療養ガイド』
(地域におけるがん患者の緩和ケアと療養支援情報プロジェクト／編著 日本医学出版 2016)
- 『フローチャートがん漢方薬』(新見正則／著 新興医学出版社 2017)
- 『がん緩和ケアガイドブック』(日本医師会／監修 青海社 2017)
- 『学びの広場シリーズ 診療編』
静岡県立静岡がんセンターが作成した「学びの広場シリーズ」の「診療編」からは、
冊子「緩和ケアとは？」がダウンロードできます。
(https://www.scchr.jp/supportconsultation/book_video.html 静岡県立静岡がんセンター)

アピアランスケア

- 『がん治療中の女性のための LIFE & Beauty』(さとう桜子／著 主婦の友社 2017)
- 『臨床で活かすがん患者のアピアランスケア』(野澤桂子ほか／編 南山堂 2017)
- 『がん患者に対するアピアランスケアの手引き 2016年版』
(国立がん研究センター研究開発費がん患者の外見支援に関するガイドラインの構築に向けた
研究班／編 金原出版 2016)

リハビリテーション

- 『がんリハビリテーション心理学』(保坂隆／編著 医歯薬出版 2017)
- 『がんのリハビリテーションQ&A』(辻哲也／編著 中外医学社 2015)
- 『がんのリハビリテーションベストプラクティス』
(日本がんリハビリテーション研究会／編 金原出版 2015)
- 『がんのリハビリテーション診療ガイドライン 第2版』
(日本リハビリテーション医学会がんのリハビリテーション診療ガイドライン改訂委員会／編 金原出版 2019)

心のケア

- 『国立がん研究センターのこころと苦痛の本』
(若尾文彦ほか／監修 小学館クリエイティブ 2018)
- 『がんに負けない心理学』(和田のりあき／著 P H P 研究所 2009)
- 『がん哲学外来へようこそ』(樋野興夫／著 新潮社 2016)
- 『緩和ケアチームのための精神腫瘍学入門』(小川朝生／編 医薬ジャーナル社 2009)

がんと仕事

📖『がんと就労白書 がんと共に働く 知る・伝える・動きだす 2017-2018』
(国立がん研究センター／編 国立がん研究センター 2018)

🐻📖『がん経験者のための就活ブック サバイバース・ハローワーク』
(HOPEプロジェクト・CSRプロジェクト／編 合同出版 2015)
がん経験者が直面する就活の困難、心構えや対処法までを具体的に解説した、頼れる1冊。

📺『診断されたらはじめに見る がんと仕事のQ&A 第3版』
(国立がん研究センターがん対策情報センター 2019)
《生活・療養》(<http://ganjoho.jp/public/support/index.html> 国立がん研究センター)
そのほか治療中のケア、治療費や生活費の支援制度など、日常生活の助けとなる情報を紹介しています。

📺『Working Survivor's Note』シリーズ
厚生労働科学研究費補助金により作成された、働き盛りのがん対策の一助となるシリーズ。下記ウェブサイト「報告書」のリンクから、全文無料でダウンロードできます。

《Cancer Survivorship》(<http://survivorship.info/index.html> 聖路加国際病院)

- | | |
|------------------|------------------------|
| 『01 がんと診断されたときに』 | 『02 通院しながら働く—入院から外来へ—』 |
| 『03 休職中の過ごし方』 | 『04 働き方・働き場所の変更』 |
| 『05 再発してからの働き方』 | 『06 知っておくと役立つ労働条件など』 |
| 『07 ケーススタディ集』 | 『08 ワーキングシート』 |

がんとお金

📖『安心してがんと闘うために知っておきたいお金の実際 がんになったらいくらかかるのか?』
(内田茂樹／著 主婦の友インフォス情報社 2015)

📖『国立がん研究センターのがんとお金の本』(片井均ほか／監修 小学館クリエイティブ 2016)

📺『がん治療費.com』
(<http://www.ganchiryohi.com/> エース・フォース)
がんの治療費の概要や、治療のお金にまつわる様々な情報を提供しているウェブサイト。

周囲のサポート

📖『身近な人ががんになったときに役立つ知識』(内野三菜子／著 ダイヤモンド社 2016)

📖『がんの治療と暮らしのサポート実践ガイド』(キャンサーリボンズ／編集 エス・エム・エス 2017)
がん患者支援を行うNPO法人が作成した、患者さん理解から症状ケア、就労支援まで、基礎知識をまるごと学べるガイドブック。

📖『がん患者の家族を救う55のQ&A』
(酒井たえこ／著 アイエス・エヌ株式会社パブリッシング事業部 2017)
サポートする人たちをサポートする本。

📖『がんの親をもつ子どもたちをサポートする本』
(有賀悦子ほか／編 青海社 2017)

雇用主 にできること

-   『**企業のためのがん就労支援マニュアル**』（高橋都ほか/編著 労働調査会 2016）
従業員が「がん」と診断されたらどうする？ 人事労務担当者のためのがん就労支援マニュアル。
-   『**がん治療と就労の両立支援 制度設計・運用・対応の実務**』（近藤明美ほか/編著 日本法令 2017）
-   『**企業ができるがん治療と就労の両立支援実務ガイド**』（遠藤源樹/著 日本法令 2017）
-  『**がんにかかった従業員の治療と仕事の両立支援ハンドブック**』（東京都福祉保健局 2017）
東京都が作成した、雇用主がまずやるべきことが簡潔にまとめられた分かりやすい資料です。
(http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/iryo_hoken/gan_portal/index.html 東京都)
-  『**がん治療と仕事の両立支援のポイント 事業者向け**』（埼玉県保健医療部疾病対策課 2017）
(<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0705/gantaisaku/gantiryoutosigotonoryouritusien.html> 埼玉県)
-  『**事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン**』（厚生労働省 2019）
(<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000115267.html> 厚生労働省)
-  『**がんになっても安心して働ける職場づくりガイドブック**』（大企業編、中小企業編）
がんにかかった人が働き続けることの意味や課題が分かる豊富な実例を紹介。
(<https://ganjoho.jp/pub/support/work/> 国立がん研究センター)

体験談 ・ 闘病記

-  『**〈いのち〉とがん 患者となって考えたこと**』（坂井律子/著 岩波書店 2019）
-  『**親ががんだとわかったら**』（はにわかみこ/著 文藝春秋 2010）
-  『**がん患者のセックス**』（長谷川まり子/著 光文社 2010）
-  『**闘病記専門書店の店主が、がんになって考えたこと**』（星野史雄/著 産経新聞出版 2012）
-  《**星野史雄のパラメディカ Web 書店**》
(<http://www.my-cancer.net/cafe/book/index.html> わたしのがん net)
故・星野史雄さんの運営されていた《on-line 古書店パラメディカ》を受け継いだウェブサイト。各闘病記ごとに Web 店員さんの丁寧な解説がついていて、どの本も手にとってみたいくなります。
-  《**がんノート**》(<http://gannote.com/> がんノート)
-  がん経験者によるがん患者のためのインタビュー Web 番組「がんノート」は、患者のリアルな情報を発信しています。これまでのインタビューをまとめた冊子体の『がんノート BOOK』も県立図書館では所蔵しています。
-  《**ディベックス・ジャパン 健康と病いの語り**》
(<https://www.dipex-j.org/> ディベックス・ジャパン)
病気の診断を受けた人やその家族が、同じような経験をした人たちの「語り」に触れて、病気と向き合う勇気と知恵を身につけるために作られたウェブサイト。それぞれの体験が映像や音声、テキストを通じて語られている。

① データベースで探す

- ◆ 《**医中誌Web**》(医学中央雑誌刊行会)(熊・久)
国内発行の、医学・歯学・薬学・看護学及び関連分野の定期刊行物、のべ約 7,000 誌から収録した約 1300 万件の論文情報(書誌的事項や一部の抄録など)を検索することができます
- ◆ 《**最新看護索引Web**》(医学中央雑誌刊行会)(久)
国内発行の看護及び周辺領域の雑誌・紀要等に掲載された文献の中から、看護の実践・研究・教育に関する文献情報(書誌的事項など)を検索できます。
- ◆ 《**JDreamIII**(ジェイドリームスリー)》(ジー・サーチ)(久)
科学技術や医学・薬学関係の国内外の文献情報を検索できる、日本最大級の科学技術文献データベースです。

上記のデータベースは、県立図書館内でご利用できます。
図書館カード、もしくは免許証など住所の記載がある書類をお持ちになり、カウンターでお申し込みください。ご利用は無料です。
※こちらのデータベースは、どのような論文がどの雑誌に掲載されているかを調べるものです。記事本文をデータベースから見ることはできませんが、一部全文リンクがあるものがあります。



② 医療関連雑誌を読む

- ◆ 雑誌『**医学のあゆみ**』(医歯薬出版)
臨床を中心に、基礎医学も含めた全領域の最先端情報を速報する週刊誌。特集「婦人科がん-研究・臨床の新展開」(2019年5月)、特集「がん抗体医薬の新展開」(2019年2月)など、がんに関する特集を頻繁に組んでいます。
- ◆ 雑誌『**がん看護**』(南江堂)
困難な治療に向き合い、がんをとたたかう人たちの問題解決への援助について、専門的な観点から解説。特集「災害時のがん看護を考える」(2019年3月)、特集「患者の悩み・疑問に応えるアピアランスケア」(2018年5・6月)など。
- ◆ 雑誌『**エキスパートナーズ**』(照林社)
臨床で役立つ、看護師のため月刊誌。今知りたい情報を写真や図でわかりやすく解説。特集「みんな知っておきたいがん疼痛ケアの“いま”」(2018年2月)など看護師の視点から書かれています。



～ がん情報ギフトのご案内 ～

「がん情報ギフト」とは、国立がん研究センターが、全国の皆様から寄付を募り、公共図書館や公民館に、国立がん研究センターが発行する冊子などのがん情報資料を寄贈する取り組みです。埼玉県立久喜図書館もご寄贈いただき、がん情報コーナー内に、「がん情報ギフト」のコーナーを設置しています。各種がんに関する資料のほか、がんの予防やがんと仕事に関する冊子など、充実の内容です。一部パンフレットはお持ち帰りも可能です。ぜひご活用ください。

