

がん、もっと知りたい!



「コバトン」「さいたまっち」

治療、生活、これからのこと

がんに関わる食事、体操、様々な治療法・・・信頼できそうな情報、疑わしい情報、世間にはがんに関する情報があふれています。

「どれを信じればいいのか?」「難しくてよくわからない!」「最新の情報が知りたい!」

そう感じたら、ぜひ県立図書館をご利用ください。入門書から専門書まで、幅広い資料を取り揃え、ご利用をお待ちしております。

この資料リストでは、県立図書館所蔵資料の中から、がんに関する資料をテーマごとにご紹介します。信頼できる便利なウェブサイトも掲載し、図書館に来ることが困難な方にも役立つリストを目指しました。そのほか、メールやお電話で、健康・医療の資料に関するご質問も承っております。

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



携帯用 QR コード

目次

はじめに・・・がんってなに? / 病院を探す / まず読みたい1冊 (がんの予防・検診について)

治療・ケア・・・薬物療法 / 放射線療法 / 免疫療法 / 緩和ケア / アピアランスケア /

栄養・食事 / リハビリテーション

個別のがん・・・各種がんについて調べる

就労・生活・・・働く人の悩み / お金の悩み / 雇用主の悩み

心を支える・・・心のケア / 周囲のサポート / 体験談・闘病記 / 子どもにがんを伝える

最新情報・・・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）
- 📖 『がんの謎に迫る ノーベル賞の生命科学入門』（石田寅夫／著 講談社 2010）
- 📖 『やさしい腫瘍学』（小林正伸／著 南江堂 2014）

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。

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)
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)
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・検診について》(http://www.jcancer.jp/about_cancer_and_checkup 日本対がん協会)
それぞれのがんの検診について、デメリットを含めて説明しています。「がんを防ぐための新12か条」もあり。

薬物 療法

細胞の増殖を防ぐ抗がん剤を用いた治療法です。(参考:《がん情報サービス》)

- 📖 『抗がん剤治療と上手につきあう本』（陶山浩一／編 日経B P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）

放射線療法

がん放射線治療部／編著 真興交易医書出版部 2012)



『心配しないでいいですよ放射線治療』

(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)



『放射線治療学』(井上俊彦／編 南山堂 2014)

免疫療法

近年注目されている、免疫本来の力を回復させることによってがんを治療する方法です。



『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』(日本臨床腫瘍学会／編 金原出版 2016)

緩和ケア

病気に伴う心と体の痛みを和らげ、生活の質(QOL)を改善することです。



『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と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)



『がん患者の消化器症状の緩和に関するガイドライン 2017年版』

(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)



『専門家をめざす人のための緩和医療学』(日本緩和医療学会／編 南江堂 2014)

アピアランスケア

治療等にもなうアピアランス(外見)の変化をケアすることです。



『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)

雑誌『がん看護 2018年5・6月』(南江堂)では、特集「患者の悩み・疑問に応えるアピアランスケア」と題したアピアランスケアについての特集が組まれました。

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。

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ガイドライン』
(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ガイドライン策定委員会/編 金原出版 2013)

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)

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。お探しの際は県立図書館までご相談ください。(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。

☆知りたいがん種の本がない、古い本しかない時は…

🖥️『**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。

働く人の悩み

📖『**がんと就労白書 がんと共に働く 知る・伝える・動きだす 2016-2017**』
(国立がん研究センター／編 国立がん研究センター 2017)

🐻📖『**がん経験者のための就活ブック サバイバーズ・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2版**』
(国立がん研究センターがん対策情報センター 2014)

下記ウェブサイトから全文無料で閲覧できます。

🖥️『**《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。下記ウェブサイトの「報告書」のリンクから、全文無料でダウンロードできます。県立図書館では図書として受け入れています。

🖥️『**《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』 |

お金の悩み

📖『**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)

🖥️『**《がん治療に関わるお金のはなし》**』
(<https://www.gan-guide.jp/popup/money/index.html> 中外製薬株式会社)
医療費控除などのがんとお金について、特定社会保険労務士が動画で解説。小冊子もダウンロードできます。

🖥️『**《がん治療費.com》**』
(<http://www.ganchiryohi.com/> エース・フォース)
がんの部位・種類別、進行度(ステージ)にあわせて、治療費が計算できるウェブサイト。

雇用主の悩み

ウェブサイトの記載がある資料は、リンク先から全文無料で閲覧できます。

🐻📖『**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)

📖『**がんに罹患し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 2015)
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。はじめの一冊に。
🖥️(http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/iryo_hoken/gan_portal/index.html 東京都) 5

📖『**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 2016)
(<http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000115267.html> 厚生労働省)

心のケア

📖『**国立がん研究センターのこころと苦痛の本** こころと体のつらさを和らげるためにできること』(小川朝生/編 医薬ジャーナル社 2009)

📖『**がんに負けない心理学**』(和田のりあき/著 PHP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)

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**』(キャンサーリボンス/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。

体験談・闘病記

📖『**親ががんだとわかったら**』(はにわきみこ/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)

子どもにがんを伝える

(知識の本)


📖『シリーズいのちの授業 2 **いのちがおわる時**』(種村エイ子/監修 ポプラ社 2002)
死ってなんだろう。死を見つめることで、生を見つめなおすきっかけに。


📖『**難病の子どもを知る本 白血病の子どもたち**』(稲沢潤子/文 大月書店 2000)
どうして白血病になるの?病理と、周囲の支える人々をわかりやすく書いている。


📖『**「がん」になるってどんなこと?**』(林和彦/編著 セブン&アイ出版 2017)
大切な人ががんになったら・・・お話とがんの説明を組み合わせた読みやすい本。

📖『**からだをまもる免疫のふしぎ**』(日本免疫学会/編 石川ともこ/イラスト 羊土社 2008)

(物語・絵本で伝える)

『**おかあさんだいじょうぶ?**』(乳がんの親とその子どものためのプロジェクト/作 小学館 2010)
乳がんの手術を終えたおかあさんは、いつもとちょっと違う。子どもの想いを描いた絵本。


『**ぼくのいのち**』(細谷亮太/作 岩崎書店 1999)
ぼく、小さいころ白血病だったんだって。自分と友達の闘病を通して、命の大切さに気付く。


『**チャーリー・ブラウンなぜなんだい? ともだちあがおもい病気になったとき**』
(チャールズ・M.シュルツ/作 細谷亮太/訳 岩崎書店 1991)

『**おかあさんが乳がんになったの**』
(アビゲイル・アッカーマン/文・絵 エイドリアン・アッカーマン/文・絵 石風社 2007)

(ノンフィクションで伝える)

『**種まく子供たち 小児ガンを体験した七人の物語**』(佐藤律子/編 ポプラ社 2001)

『**あきらめないで 白血病と闘ったわたしの日々**』
(マルティナ・アマン/作 本田雅也/訳 徳間書店 2009)

『**夢を跳ぶ パラリンピック・アスリートの挑戦**』(佐藤真海/著 岩波書店 2008)


がん教育について

小学校では平成32年度から、中学校では平成33年度から、高校では平成34年度から、新学習指導要領に対応したがん教育が、学校現場で本格的にはじまります。

関連図書は、まだほとんど見当たらない現状がありますが、ウェブサイトについては、文部科学省のがん教育の情報ページをはじめ、いくつか参考になるものがあります。


『**埼玉県「がんの教育総合支援事業」実施報告書 平成 27 年度**』(埼玉県教育委員会)


『**埼玉県「がんの教育総合支援事業」実施報告書 平成 28 年度**』(埼玉県教育委員会)


『**埼玉県「がんの教育総合支援事業」実施報告書 平成 29 年度**』
(埼玉県教育局県立学校部保健体育課/編 埼玉県教育局県立学校部保健体育課)

埼玉県で、平成 27 年度から文部科学省の委託を受けて実施している「がんの教育総合支援事業」の実施報告書。小学校・中学校・高等学校モデル校の「がん教育授業研究会」での指導案や「がん教育指導者研修会」の講演内容等を掲載している。

ウェブサイトからのダウンロードも可能。

 (<https://www.pref.saitama.lg.jp/f2211/gan-houkokusyo.html> 埼玉県)

 《**がん教育**》(http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1370005.htm 文部科学省)
がん教育に関する情報をまとめた文部科学省のページ。がん教育推進のための教材、学校におけるがん教育の在り方について、外部講師を用いたがん教育ガイドライン、モデル校の実践例などを見ることができる。

 《**がん教育**》(<http://www.jcancer.jp/cancer-education/> 日本対がん協会)
映像教材、テキスト教材、参考資料ほか、がん教育に役立つコンテンツが充実したウェブサイト。

☆データベースで医学系論文を探す

- ◆ 《**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 1200 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、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ができませんが、一部全文リンクがあるものがあります。

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。

☆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」(2018年7月7日)、特集「がん抗体医薬の新展開」(2018年4月7日)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「実践!がん放射線療法の看護」(2018年7・8月)、特集「患者の悩み・疑問に応えるアピランスケア」(2018年5・6月)など。

雑誌『**エキスパートナース**』(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。



久喜図書館がん情報コーナーのご案内

館内「健康・医療情報コーナー」に常設!

がんの基礎知識などの全般的な情報から、各種がんまでの図書約 500 冊を集めたコーナーです。相談窓口や専門機関から入手した、がん治療に関するパンフレット類も豊富に取り揃え、これからがんのことを知りたいという方や、治療中の方、そのご家族をサポートします。

