

調べ方案内



AYA世代の

がんについて知る

あや AYA世代とは？

Adolescent and Young Adult (思春期と若年成人) の略で、おおむね 15~39 歳ごろの方が当てはまります。
この調べ方案内では、患者さんはもちろん、サポートする家族の方や一般の方にもAYA世代のがんについて知っていただくための情報を幅広くご案内します。

1

AYA世代
のがんを知る
ために
→2ページへ

2

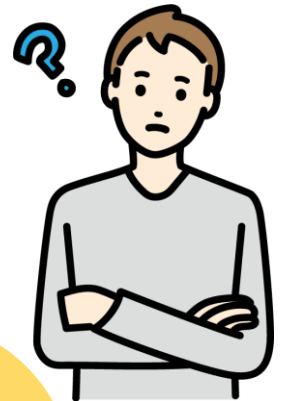
AYA世代
がん患者の
お悩み
→3ページへ

2-1

がんの症状
や治療法の
こと
→3ページへ

2-2

学校や
仕事のこと
→4ページへ



2-3

お金の
こと
→4ページへ

2-4

性と結婚、
妊娠のこと
→5ページへ

2-5

容姿のこと
→5ページへ

2-6

闘病記は
病気に向き
合うヒント
→6ページへ

2-7

不安や悩みに
向き合う
ヒントは
ウェブにも
→7ページへ

3

相談する・
話を聞く

AYA世代がん患者会・
支援団体の紹介
→7ページへ

4

信頼できる
情報を探す
には？
→8ページへ



1 AYA（あや）世代のがんを知るために

AYA世代は子どもから大人に移り変わる時期で、小児がんと成人がんの両方のがん種が存在します。また、進学、就職、結婚といったライフイベントが重なり、大きな転換期を迎える時期でもあります。



まずはこの本やウェブサイトを見てみよう



『保健の科学 2019年8月号』
(杏林書院 2019)
特集 AYA世代のがんを考える

『日本医師会雑誌 2021年12月』
(日本医師会 2021)
特集 AYA世代のがん患者の
包括的医療を目指して

『AYA世代がんサポートガイド
医療従事者が知っておきたい』
(「総合的な思春期・若年成人（AYA）世代の
がん対策のあり方に関する研究」班／編
金原出版 2018)

『がんになる前に知っておくこと
医師と看護師、経験者との15の対話』
(上原商会 2019)
がん診療を行う医師やがんサバイバーなど
15人との対話から、がんへの向き合い方を
考えるドキュメンタリー映画。

《国立がん研究センター東病院》
(<https://www.ncc.go.jp/jp/nccce>
国立がん研究センター東病院)

小児腫瘍科> 思春期・若年成人（AYA世代）に
発症するがん診療のページに、AYA世代の現状
や病院のサポート体制について詳しくまとめら
れている。

がん研 東病院



《一般社団法人 AYA がんの医療と
支援のあり方研究会（AYA研）》
(<https://aya-ken.jp/> 一般社団法人 AYA がんの
医療と支援のあり方研究会)

AYA世代のがん医療と支援の向上を目指して、
医療者、研究者、患者、家族などが協働する
研究会。

AYA 研



記号の
意味



図書



専門的な図書



雑誌



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）



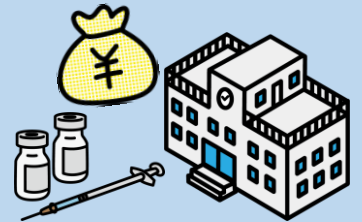
DVD

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

2 AYA（あや）世代 がん患者のお悩み

「総合的な思春期・若年成人（AYA）世代のがん対策のあり方に関する研究」※によると、AYA 世代がん患者の悩み事には、

- ・今後の**自分の将来**のこと
 - ・**仕事**のこと
 - ・**経済的**なこと
 - ・**診断、治療**のこと
 - ・**不妊治療や生殖医療**に関すること
 - ・**後遺症、合併症**のこと
- など、ライフステージに応じた様々な悩みがあげられています。



※ 『AYA 改訂第1版』（「総合的な思春期・若年成人（AYA）世代のがん対策のあり方に関する研究」班／編 一般社団法人 AYA がんの医療と支援のあり方研究会 2021 <https://aya-ken.jp/archives/9534>）

2-1 がんの症状や治療法のこと

各種がんの基礎知識や治療について知りたいときはこちらをチェック！
どんな図書やウェブサイトがあるのか、わかりやすく紹介しています。

『がん情報リサーチガイド@埼玉』

(埼玉県立久喜図書館 2022)

信頼できるがん情報の探しかたをまとめた1冊。

『テーマ別資料リスト

「がん、もっと知りたい!」』

(埼玉県立久喜図書館 2019)

《がん情報サービス》

(<https://ganjoho.jp/public/index.html>
国立がん研究センター)

一般向け、医療関係者向けに各種がんの解説、
予防・検診方法、標準治療など様々な情報を
提供しており、AYA 世代向けのページもある。
検査や治療、治療後のことなど、解説や専門
サイトへのリンクもある。

上記2つは県立図書館
ウェブサイトから
ダウンロードできます



<https://www.lib.pref.saitama.jp/guide/health/service/hearth-index.html>



がん情報



他にも《**がんと学校**》や《**がんと仕事**》
のページがあり、病院にある学校（院内
学級）の紹介や復職後の働き方など、
役立つ制度やサービスを Q&A 形式で
紹介しています。

<https://ganjoho.jp/public/institution/qa/index.html>

《がんと学校》



<https://ganjoho.jp/public/institution/school/index.html>

《がんと仕事》



2-2 学校や仕事のこと

《高校生活とがん治療の両立のための教育サポートブック》

(<https://sites.google.com/nnh.go.jp/aya-shien?pli=1> 「AYA世代がん患者に対する精神心理的支援プログラムおよび高校教育の提供方法の開発と実用化に関する研究」班)
入院中の学業継続に向けた相談の流れや、復学に向けた準備のポイント等を紹介。

高校生活 がん



1番下まで
スクロールすると
ダウンロードページ
へのリンクあり



『診断されたらはじめに見る がんと仕事のQ&A 第3版』

(野澤桂子ほか／編集 国立がん研究センター
がん対策情報センター 2019)
休職と復職、治療と仕事の両立、健康保険
などについてQ&Aを多数掲載。
ウェブサイトから全文無料で閲覧可能。



『がん経験者のための就活ブック 第3版』

(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。



2-3 お金のこと



『まず知っておきたい！がん治療 のお金，医療サービス事典』

(山崎知子／編 全日本病院出版会 2021)
がんの治療費や使える医療サービスに
ついて、医師、看護師、薬剤師、
ソーシャルワーカー等が丁寧に解説。



『国立がんセンターの 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)
五大がん（胃がん、大腸がん、肺がん、肝が
ん、乳がん）の検査・治療にかかるお金と公
的助成制度について解説。



『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 主婦の友社 2015)
ファイナンシャルプランナーの著者が具体
例に基づき医療費について解説。



《がん制度ドック》

(<https://www.qanseido.com/>
NPO 法人がんと暮らしを考える会)
ファイナンシャルプランナーや社会保険労務
士、看護師等が作成した自分に合った公的支
援制度や民間保険の診断ツールを提供。



がん制度ドック



2-4 性と結婚、妊娠のこと

『がん患者のセックス』
(長谷川まり子／著 光文社 2010)
がん患者の性の悩みに応える数少ない
1冊。

『乳がん患者の妊娠・出産と
生殖医療に関する診療の手引き
2017年版』
(日本がん・生殖医療学会／編 金原出版
2017)

『若年性がん患者が作る！
若年性がん患者のための情報マガジン
STAND UP!! フリーペーパー6号』
([http://standupdreams.com/wp-
content/uploads/vol_06.pdf](http://standupdreams.com/wp-content/uploads/vol_06.pdf) STAND UP!!)
座談会 結婚した若年性がん患者が語る本音
若年性がん経験者が結婚の体験談を紹介。

STAND UP がん



『小児、思春期・若年がん患者の
妊孕性（にんようせい）※温存に
関する診療ガイドライン
2017年版』

※妊娠のしやすさのこと
(日本癌治療学会／編 金原出版 2017)

『特定非営利活動法人 日本がん・生殖
医療学会 がん治療と妊娠』
(<http://j-sfp.org/> 特定非営利活動法人
日本がん・生殖医療学会)
がん患者の妊孕性に関する情報が充実した
ウェブサイト。

がん治療と妊娠



2-5 容姿のこと

『女性のがんと外見ケア
治療中でも自分らしく』
(分田貴子／著 法研 2018)
治療に伴う副作用や見た目の変化とケアにつ
いて、Q&A形式で解説。

『がん治療中の女性のための
L I F E & B e a u t y』
(さとう桜子／著 主婦の友社 2017)
治療中の女性の悩みに役立つ、スキンケアや
メイク、ヘアケアの方法を解説。

『がん治療におけるアピアランス
ケア※ガイドライン 2021年版』
※治療に伴うアピアランス（外見）の変化
をケアすること
(日本がんサポーターシップケア学会／編
金原出版 2021)

『国立がん研究センター
アピアランス支援センター』
([https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/division/app-
earance/](https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/division/app-earance/) 国立がん研究センター中央病院)
がんや、がん治療による外見の変化に関する
悩みを抱えた患者さんの相談に応じている。

がん研 アピアランス



『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／編集 南山堂 2017)

2-6 闘病記は病気に向き合うヒント

白血病

『いつか、未来で 白血病ユーザーが伝えたいこと』
(にゅーいん／著 主婦と生活社 2022)

『経営コンサルタントでワーキングマザーの私がガンにかかったら』
(山添真喜子／著 東洋経済新報社 2021)

胚細胞 腫瘍

『「がんになって良かった」と言いたい』
(山口雄也ほか／著 徳間書店 2020)

リンパ腫

『大介・二十二歳の軌跡 「がん」と闘った青春』
(戸沢富雄／著 萌文社 1996)

骨肉腫

『僕は絶対あきらめない
車いすテニスに夢をかけた 22 歳の生と死』
(竹島明聡、竹島伊知郎／著 麗澤大学出版会 2011)

脳腫瘍

『十六歳のモーツァルト 天才作曲家・加藤旭が遺したもの』
(小倉孝保／著 KADOKAWA 2021)

乳がん

『乳癌日記』(夢野かつき／著 廣済堂出版 2020)

『女子と乳がん』(松さや香／著 扶桑社 2017)

子宮がん

『神様に生かされた理由 23歳で子宮頸がんを宣告されて。』
(阿南里恵／著 合同出版 2015)

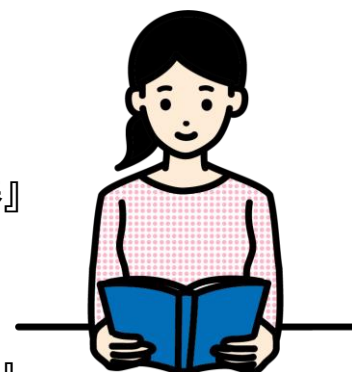
『子宮会議』(洞口依子／著 小学館 2007)

横紋筋 肉腫

^{あした}『明日もまた生きていこう 十八歳でがん宣告を受けた私』
(横山友美佳／著 マガジンハウス 2008)

腎臓がん

『命はそんなにやわじゃない』(杉浦貴之／著 かんき出版 2011)



闘病記コーナーのご案内

闘病記とは、患者さんやその家族が綴った病気の体験記です。久喜図書館の闘病記コーナーでは、上記の資料以外にも、さまざまな病気の闘病記を集めています。一般的な医学書には書かれていないような、病気と向き合う勇気や知恵を得られるかもしれません。

※闘病記は個人の主観に基づいて書かれており、発行年が古いものもあります。治療法などは医学書を確認しましょう。

2-7 不安や悩みに向き合うヒントはウェブにも

🖥️《AYA Life》(<https://aya-life.jp/index.html> 中外製薬株式会社)

体験談のほか、悩み事を専門家が一緒に考えるページ、関連団体紹介など、AYA 世代に関する情報が充実したウェブサイト。



🖥️《AYA 世代のがんとくらしサポート》

(<https://plaza.umin.ac.jp/~aya-support/>
AYA 世代のがんとくらしサポート)

がんが心やからだ、暮らしに与える影響を、学校や仕事、家族などのトピックごとに紹介している。様々な悩みに対処するときのヒントや体験談も掲載。



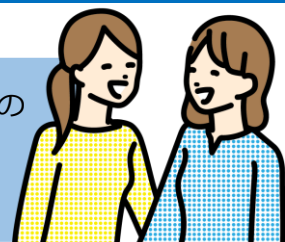
🖥️《がんノート》(<http://gannote.com/> NPO 法人がんノート)

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」。患者のリアルな情報を発信している。



3 相談する・話を聞く – AYA世代がん患者会・支援団体の紹介

患者会・支援団体では悩みを話す場を提供したり、病気や治療、日常生活などの情報交換をしています。同じ病気で集まった人たちとのつながりや交流は不安な気持ちを軽くし、心の支えとなってくれるでしょう。



● AYA GENERATION+group

(<https://agutas.com/>) 神奈川県

交流会やイベントを通して、AYA 世代のがん患者に向けた様々な課題解決と居場所づくりを行う患者コミュニティ。



● emaremo 東京都

(<https://emaremo.wixsite.com/website>)

白血病やリンパ腫、MDS 等の血液がん患者向けの新しいオンラインコミュニティ。参加年齢層は AYA 世代が約 7 割。



● オレンジティ

(<http://o-tea.org/wp-content/uploads/2017/08/AYA2017-2.pdf>)

静岡と東京で女性の若年性のがん体験者のためのおしゃべりルーム（オレンジブロッサム Cafe）を開いている。（東京は婦人科がん限定）



● 若年がん患者会 ローズマリー

(<http://rosemaryjp.net/>) 神奈川県

16 歳から 40 歳までにがんを発症した経験者のための会。



● STAND UP!! 東京都

(<http://standupdreams.com/>)

39 歳までにがんにかかった若年性がん患者による、若年性がん患者のための団体。



● Pink Ring 東京都

(<http://www.pinkring.info/>)

20 代、30 代で乳がんを経験した若年性乳がん体験者をサポートするがん患者支援団体。



4 信頼できる情報を探すには？

健康・医療情報を見極めるポイント

か 書いたのは誰か、発信しているのは誰か？

→信頼できる専門家または組織か

ち 違う情報と比べたか？

→別の人が書いた情報と違う点はないか

も 元ネタ（根拠）は何か？

→出典や引用文献が示されているか

な 何のための情報か？

→商業目的の広告など、誰かの利益のために誘導されていないか

い いつの情報か？

→ウェブサイトの作成日や更新日、本の出版年を見て、最新の情報が



出典 健康を決める力“ヘルスリテラシー”を身につける（中山和弘（聖路加国際大学）
<https://www.healthliteracy.jp>

オンラインデータベースでは最新の論文が探せます



久喜図書館で提供しているデータベースを使えば、最新の治療や研究成果について書かれた医学論文の情報を手軽に検索できます。

医療情報を
探すなら
この3つ！

- 医中誌 Web（医学中央雑誌刊行会）
- 最新看護索引 Web（医学中央雑誌刊行会）
- JDreamIII（ジー・サーチ）

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！

がん全般の基礎知識から各種がんの情報まで、図書約 500 冊を集めたコーナーです。相談窓口や専門機関、患者会から入手したパンフレットも豊富に取り揃え、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。

