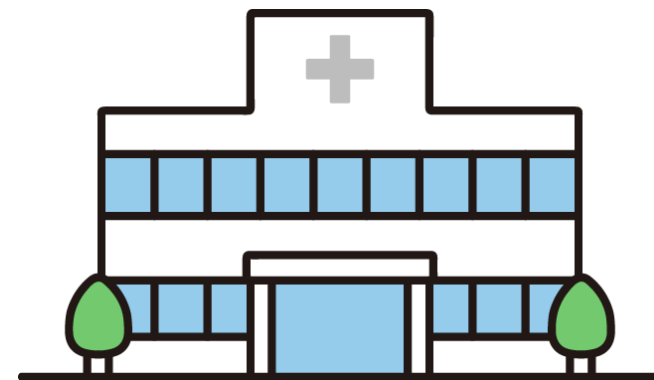


# がんと共に生きるってどういうこと？①

〈がんの診断を受け、相談に来られた場面〉



Aさん（30代女性）



がんについて調べていると「がんと共に生きる」とか、「がんとの共生」なんて言葉がいくつも出てきました。これってどういうことなんですか。がんと共に、なんて嫌じゃないですか。

確かに「がんと共に」と言われると戸惑ってしまいますね。これは、がん治療の進歩に伴って、ここ最近言われ出した考え方です。ちょっと詳しくご説明しますね。

がん治療は大きく分けると3種類、①手術療法 ②薬物療法 ③放射線療法になります。このうち、がんの治癒を目指せるのは、多くの場合は手術によって全てのがんを取り除いてしまう方法になります。



相談員



えー。そうなんですか。でも、よくニュースなんかですごく高価で、すごくよく効くお薬のことなんかが話題になるじゃないですか。あれはがんが治るんじゃないんですか。

お薬で病気が治るというのは普通に経験されることなので、ちょっと分かりにくいかもしれませんね。  
がんの種類や進行度によっては、薬物療法だけでがんの治癒を目指すこともあります。がんが進行した状態で見つかった場合や、がんが再発してしまったときは、がんの治癒を目指すのではなく、がんの進行を遅らせたり、つらい症状を和らげるためにお薬を使うことになります。



お薬じゃ治らないがんもあるってことですか。  
それじゃ、もうどうしようもないじゃないですか。

# がんと共に生きるってどういうこと？②

確かに治癒できないと言われると不安になってしまいますよね。そういった不安を与えるという意味では、いまでもがんはとてもやっかいな病気です。多くの方が、がんが「死」と直結するようなイメージをお持ちですが、がん治療は日々進歩していて、がんを治せなくても、がんの進行や症状をコントロールしながら、長く生きることが可能になってきています。



がんになって、治療がうまくいかなかったらすぐに死んじゃうようなイメージでしたけど、がんがある状態で長く生きられるようになったってことですか。

そのとおりです。

がんと診断された人が5年後も生存していたかを調べる「5年相対生存率」という調査では、1993-1996年にがんと診断された人の生存率が53.2%だったのに対し、2009-2011年に診断された人の生存率は64.1%になっています。がんと診断されてから生きられる時間は確実に長くなっています。そういったがん治療の変化に伴って、「がんと共に生きる」ということを考えられる、考えないといけない時代になってきています。



がんになったら終わりじゃなくて、がんを抱えた状態でも、生きていける、生きていけないといけない時代なんですね。

がん治療の進歩によって、がんと共にその後の人生をどう生きるのか考える必要が生じたことに関連して、がん治療を中心に人生を考えるのではなく、自分らしい生き方の中でがんをどう捉えていくのか。医療職に選択肢を委ねることなく、自分のことを自分で決めていこうという考え方も出てきています。次はその際に必要とされる「**患者力**」について考えてみましょう。



# がんと共に生きるってどういうこと？③

**患者力**とは、自分の病気を医療者任せにせず、自分事として受け止め、いろいろな知識を習得したり、医療者と十分なコミュニケーションを通じて信頼関係を築き、人生を前向きに生きようとする患者の姿勢のことです。

(引用：一般社団法人オンコロジー教育推進委員会のPatient Empowerment Program)

何が一番自分にとっていい治療選択になるのかを、他者ではなく自分自身がしっかり考えること、それが患者力につながると言えます。



患者力という言葉があるなんて知りませんでした。  
どうして患者力が必要なんですか？

がんと共に生きる際に、苦痛があったりしんどい状態で長生きしたいという人はあまりおらず、多くの人は「今まで自分が大切にしてきたことを普通にできる時間」を長くしたいと思っておられます。ですが、これまでのがん治療は「いかに死を遠ざけるか」を目的に進歩してきた部分があるため、医療者側からも患者さんが望む人生を送ってもらうための治療選択してほしいという考えが出てきました。患者さんが治療の意味をしっかりと理解した上で、自分の生きたい人生を送るための意思決定をする必要があり、その際に問われるのが患者力です。



## 【患者力を構成する3要素】

|             |                                                                                                                                                       |
|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ①コミュニケーション力 | 医師とのコミュニケーションに問題がなければいいのですが、コミュニケーションが不得意な方もいらっしゃいます。そのような方は、知りたいことや聞きたいことを事前にメモして用意し診察時に医師へ渡す、サポーターをつかって一緒に診察に行き代弁してもらうなど、工夫することで円滑なコミュニケーションに繋がります。 |
| ②情報を得る力     | 多くの情報から正しい知識を知る力のことを指しており、インターネットの情報で極端な表現のものを避けることや一つの事実のみで判断しないことで情報を整理することができます。                                                                   |
| ③自分で決める力    | 治療を他者が決めるのではなく自分が選択した責任を自分でとると決める「勇気」のことだと言えます。                                                                                                       |

引用：一般社団法人オンコロジー教育推進委員会のPatient Empowerment Program

ぜひ患者力を高めて自身に最適な治療を選択してほしいですし、治療選択に悩まれる際は、がん相談支援センターにご相談いただくこともひとつの方法です。



がんと共に生きる時代であれば患者力を問われる場面はたくさんあるかもしれませんね。患者力に関連する本があるので読んでみようと思います。



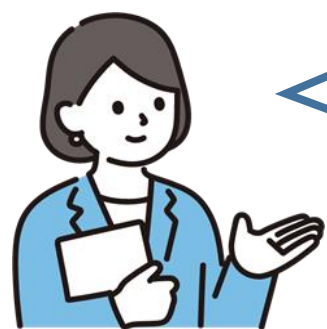
# (関連した話題) 高額療養費制度見直しの議論について

**高額療養費制度**とは、医療費が高額となった場合に月々の自己負担額を軽減する公的制度です。年齢と所得に応じて自己負担額が決まります。

2025年度の予算審議において、この高額療養費制度の見直しが議論されました。国民の高齢化や薬剤が高額になってきたことを受けて、財源確保の懸念などから被保険者の負担軽減を目的に、自己負担限度額の引き上げを含む段階的な見直し案を提示されました。

政府案では、2025年8月に最初の引き上げを行ない、さらに2027年8月に第2弾の引き上げを行なうことになっていました。

その後、患者団体や、がん関連の学会等から反対声明が出され、政府はいったん高額療養費引き上げを延期し、改めて議論することになりました。



これまでも高額療養費は段階的に引き上げられてきましたが、今回は低所得層も含めた全世帯で負担増となり、所得層によっては毎月の負担額が15%以上引き上げられる、大きな負担増を求める見直し案でした。  
実は、先のお話で触れました「**がん治療の進歩によって、がんと共に生きる時代になった**」ことで、**高額療養費の見直しがん患者さんにより大きな負担になることが懸念されました**。どういうことなのか、ご説明いたします。

先の紙面で、がんと共に生きる時間が延長されていることをお伝えしました。これは薬物療法の進歩によることも大きく、薬が長期的にがんの増悪を防いでくれるようになってきています。

ただ、その長期間、高額な治療を続ける必要が出てきたとも言えます。

肺がん治療を例に考えてみます。

肺がんを使用される免疫チェックポイント阻害薬は、副作用も少なく高い効果が期待される薬物療法ですが、全般的に薬価が高いことで知られています。薬剤によっては、年間の薬価は1000万円を超えますが、実際には高額療養費制度のおかげで、年間数十万円程度の自己負担額に押さえることができます。

ただ、これらの治療に効果があり、重い副作用等が出なければ、2年程度治療が継続できます。その期間、毎月高額療養費の負担限度に達するか、それに近い医療費を負担する必要があります。**高額療養費の引き上げによって、条件によっては毎月の負担増が数万円増加し(※1)、それが長期的に続く可能性があります。**

このように、がんだけでなく、高額な治療を継続的に行なう疾患については、政府の試算以上の負担が生じることが分かり、患者団体やがんの各学会が反対の声明を出すに至ったというわけです。

いったん中止されたこの高額療養費制度の見直しですが、改めて保障と負担のバランスを考える議論が行なわれる予定です。患者さんへの影響がどういったかたちになるのか、私たちががん相談支援センターも今後の動きに注目しています。

## ■いったん取り下げられている政府案

| 年収                  | 現行       | (第1弾の引き上げ)<br>2025年8月～ |
|---------------------|----------|------------------------|
| 約1160万円～            | 25万2600円 | 29万400円<br>(+3万7800円)  |
| 約770万円～             | 16万7400円 | 18万8400円<br>(+2万1000円) |
| 約370万円～<br>(標準的な世帯) | 8万 100円  | 8万8200円<br>(+8100円)    |
| ～約370万円             | 5万7600円  | 6万 600円<br>(+3000円)    |
| 住民税非課税              | 3万5400円  | 3万6300円<br>(+ 900円)    |

※本図表の自己負担額は、おおよその概算にて示しています。  
現行の正確な自己負担額については配付資料をご参照ください。

## (70歳未満の場合)

| 年収       | (第2弾の引き上げ)<br>2027年8月～ |
|----------|------------------------|
| 約1650万円～ | 44万4300円               |
| 約1410万円～ | 36万 300円               |
| 約1160万円～ | 29万 400円               |
| 約1040万円～ | 25万2300円               |
| 約950万円～  | 22万 500円               |
| 約770万円～  | 18万8400円               |
| 約650万円～  | 13万8600円               |
| 約510万円～  | 11万3400円               |
| 約370万円～  | 8万8200円                |
| 約260万円～  | 7万9200円                |
| 約200万円～  | 6万9900円                |
| ～約200万円  | 6万 600円                |
| 住民税非課税   | 3万6300円                |

年収区分を13区分に細分化し

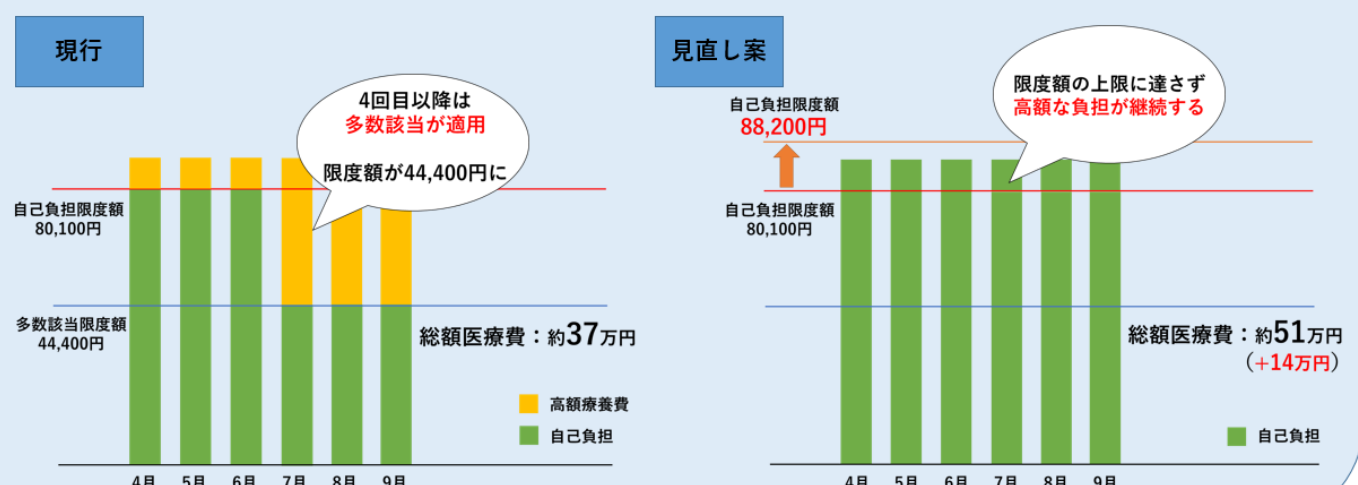


2段階で引き上げ

## 【※1】毎月の負担が数万円増える事例(多数該当に届かない事例)

多数該当：過去12か月以内に3回以上、上限額に達した場合は4回目から上限額が下がること

例) 4月より半年間薬物療法を予定しているAさん(標準的な世帯)  
1ヶ月の医療費が85,000円の場合



# 高知県がん相談支援センターのご紹介

何か困っていることや相談したいことはありませんか？  
ひとりで悩まず、まずはがん相談支援センターへご相談ください。  
一緒に考えるお手伝いをします。

**相談は無料 秘密厳守**  
**対面・電話で相談可能**  
**どなたでも相談できます**



患者さんやご家族からの…  
・がんの治療や検査に関すること    ・セカンドオピニオンのこと  
・緩和ケアのこと    ・介護保険    ・療養生活全般のこと  
がんに向き合う上で必要なことであれば、どのような内容のことでも構いません。その病院に受診していなくても相談できます。

高知県内には以下の7ヶ所の**がん相談窓口**がございます。  
お気軽にご相談ください。

**●高知県のがん相談窓口**      ※最新情報や詳細については、各施設にお問い合わせください

| 施設名         | 相談時間（祝日除く）                         | 電話番号         |
|-------------|------------------------------------|--------------|
| 高知大学医学部附属病院 | 月～金<br>8：30～17：15                  | 088-880-2179 |
| 高知医療センター    | 月～金<br>9：00～16：00                  | 088-837-3863 |
| 県立幡多けんみん病院  | 月～金<br>8：30～17：15                  | 0880-66-2222 |
| 県立あき総合病院    | 月～金<br>8：30～17：15                  | 0887-34-3111 |
| 国立病院機構高知病院  | 月～金9：00～16：00<br>うち火・第3木9：00～12：00 | 088-828-4465 |
| 高知赤十字病院     | 月～金<br>9：00～16：00                  | 088-822-1201 |
| がん相談センターこうち | 月～金・第2・4土<br>9：00～17：00            | 088-854-8762 |