

東海・北陸地区 図書館 & がん相談支援センター連携ワークショップ
 「いつでも、どこでも、だれでもが、がんの情報を得られる地域づくりの第一歩」
 @岐阜

可能性は∞(無限大) 図書館からのがん情報発信

大分大学医学部附属病院
 がん相談支援センター
 平山由佳

大分県内のがん診療連携拠点病院

(平成29年度現在)

● 都道府県がん診療連携拠点病院

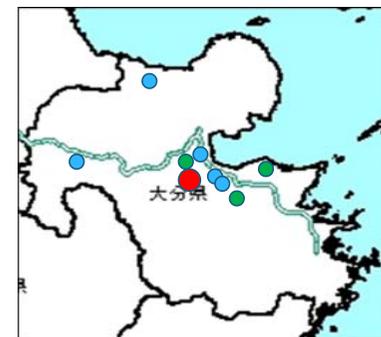
大分大学医学部附属病院

● 地域がん診療連携拠点病院

大分県立病院
 大分赤十字病院
 別府医療センター
 中津市民病院
 済生会日田病院

● 協力病院

アルメイダ病院
 大分医療センター
 鶴見病院

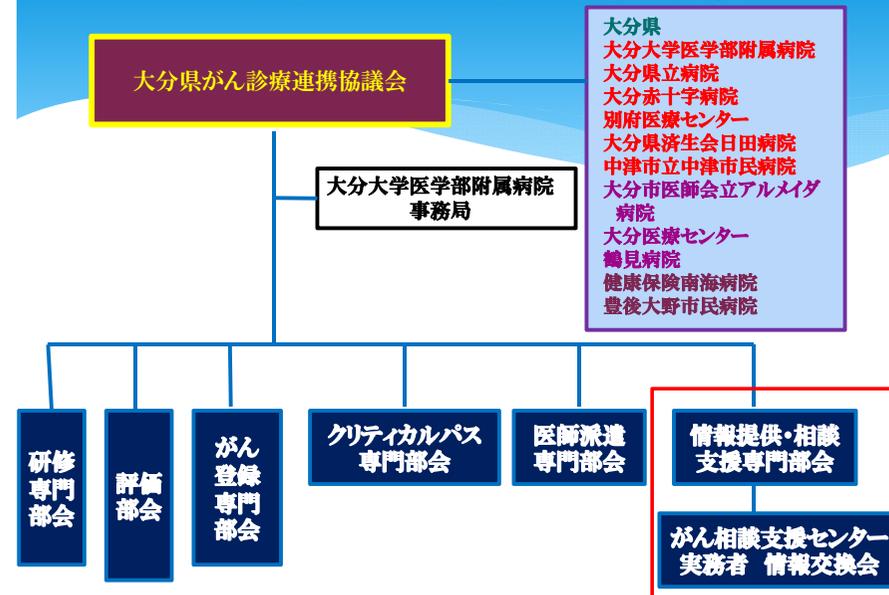


大分大学医学部附属病院



大分県唯一の都道府県がん診療連携拠点病院 病床数618床
 只今、病院再開発中

大分県がん診療連携協議会



がん相談支援センターの業務

1. がんの診療・予防・早期発見等に関する一般的な情報提供
2. 地域の医療機関、医療従事者に関する情報の収集・提供
3. セカンドオピニオンの提示が可能な医師の紹介
4. がん患者の療養上の相談
5. 就労に関する相談
6. 地域の医療機関及び医療従事者等におけるがん医療の連携協力体制の事例に関する情報の収集・提供
7. アスベストによる肺がん、中皮腫に関する医療相談
8. HTLV-1関連疾患であるATLに関する医療相談
9. 患者会、患者サロンの定期開催の活動支援
10. 相談支援センターの広報・周知活動
11. 相談支援に携わる者に対する教育とサービス向上に向けた取り組み

5

平成27年度大分県がん診療連携拠点病院 PDCAサイクル共通活動

第1回情報交換会で決定
拠点病院の相談員が同じ課題に取り組む！

1. 広報周知活動

大分県立図書館に各拠点病院のがん相談支援センター紹介リーフレットを配布する

2. 教育・質向上への取り組み

県内の相談員指導者が協力し、がん相談員研修を開催する(Ⅲ群研修)

6

大分県立図書館 「健康づくり情報コーナー」に設置している物

- ・健康に関連する書籍
- ・闘病記に関する書籍
- ・健康に関する雑誌
- ・国立がん研究センター
がん情報サービス出版の各種がん冊子
- ・自動血圧計
- ・がん診療連携拠点病院
がん相談支援センター紹介リーフレット (一部施設)

7

大分県立図書館健康づくり情報コーナー



書籍



健康関連雑誌

がん相談支援センター
がん情報サービスの
冊子・リーフレット等

8

がん相談ブース出展のきっかけ

平成27年6月

挨拶とリーフレット配布のため大分県立図書館訪問

- ・健康情報コーナーの利用者から、がん関連本の問合わせが多く寄せられる
- ・がんに関する相談のニーズがあるのではないか？

「1日まちの保健室で、がん相談もしてほしい」
と、県立図書館からの要望があった

9

「1日まちの保健室」とは・・・

(大分県看護協会主催)

主に5月「看護の日」に併せて各県の看護協会でも出展している「健康相談」ブース
(体重、血圧、骨密度、血管年齢測定、健康相談)

大分県看護協会は、県内さまざまなイベントでブースを出展している

平成26年度～大分県立図書館で年2回開催

10

がん相談ブース出展までの流れ

平成27年度

第2回がん相談支援センター情報交換会で提案
大分市近隣の地域拠点病院(4施設)から参加者募集

↓
大分大学医学部附属病院
大分県立病院

計6名参加決定

↓
大分県がん診療連携協議会相談支援部会長
より大分県看護協会へ併催の申し入れ

↓
がん相談ブース出展へ

11

まちの保健室と併催「がん相談」ブース出展

日時:平成27年11月8日(日)10:00～15:00

場所:大分県立図書館エントランスホール+研修室



12

がん相談ブースの評価

<相談内容>

- ・がん患者への家族の接し方と医師との関係 1件
- ・がん検診 ・すい臓がん検診について
- ・がんの予防法 ・食事の注意点
- ・内視鏡検査結果の確認 等 7件/計8件

がん患者・家族の相談より、現在がん罹患していない人達からの検診や予防に関する質問・相談が多かった

<課題>

市民に、がんに興味を持ってもらう働きかけが必要
がん相談支援センターの存在を知ってもらう

13

がん相談ブース継続について

平成27年度

第3回がん相談支援センター情報交換会で検討

県立図書館という広域性の高い場所の方が、
一般市民は相談に行きやすい

がん罹患していない人でも、気軽に相談
できる場所として、県立図書館でのがん相談
ブースは有効

 **継続決定！**

14

がん相談ブース出展継続決定！

- ・地域がん診療連携拠点病院 6施設
協力病院 3施設
- ・「1日まちの保健室」と併催
(年2回 5月・11月)
各施設から2施設ずつ輪番制で参加
- ・がん相談だけでなく、がんのリスクチェック診断
を行いがん予防指導、相談支援センター紹介

15

「がん相談」ブース出展 第2弾・第3弾実施！

日時:平成28年5月22日(日)

参加:大分大学病院・別府医療センター

日時:平成28年11月13日(日)

参加:大分県立病院・大分赤十字病院

16

がん相談ブースでの活動内容

- Wi-Fi環境下PCを使って、
国立がん研究センターがん情報サービスの
「5つの健康習慣によるがんリスクチェック」実施
「がん予防の12か条」を使ってがん予防の指導
- 大分県内がん相談支援センターの紹介

5つの健康習慣によるがんのリスク診断

5つの健康習慣によるがんリスクチェック

国立がん研究センターでは、喫煙や飲酒・運動などの生活習慣と肥満度など、がんをはじめとした生活習慣病に関係が深いとされてきたものと実際の罹患率について、20年間にわたり10万件のデータを対象に調査研究を行ってきました。また、この研究を含め、日本人を対象とした研究を科学的に検証し、私たち日本人にとってがんを予防するために重要な6つの要因（禁煙、節酒、食生活、身体活動、体形の維持、感染）を「日本人のためのがん予防法」として提言しています。ここでは、感染以外の5つの健康習慣について、守っている数に応じた今後10年の「あなたのがん罹患リスク」を判断します。5つすべての健康習慣を実践するのが理想ですが、そうでない場合でも、どの組み合わせが効果的ながん予防をもたらすのを知り、あなたの生活習慣を見直すきっかけとしてご利用ください。

リスクの算出は
年齢 性別 喫煙習慣 飲酒習慣 食習慣（塩分）
運動習慣 身長と体重から算出されるBMI（肥満度）
 をもとにおこないます。



5つの健康習慣によるがんのリスク診断

5つの健康習慣によるがんリスクチェック

質問票

以下の質問に答えてください

この診断は45-74歳の男女が対象です。
 計算に必要な数値を入力、もしくは選択肢からあなたの状況、習慣・行動にいちばん近いものを選んでください。

- Q1** あなたの性別は？
 男 女
- Q2** あなたの年齢は？（45～74歳の範囲で半角数字で入力してください）
 歳
- Q3** 現在の身長は？（半角数字で、小数点以下は四捨五入し整数を入力してください）
 cm
- Q4** 現在の体重は？（半角数字で、小数点以下は四捨五入し整数を入力してください）
 kg
- Q5** たばこを吸っていますか？

5つの健康習慣によるがんのリスク診断 質問10項目を書いた用紙作成

5つの健康習慣によるがんリスクチェック

以下の質問に答えてください

この診断は45-74歳の男女が対象です。数値も記入、または選択肢からあなたの状況、習慣・行動にいちばん近いものを選んでください。

Q1 あなたの性別は？

Q2 あなたの年齢は？

Q3 現在の身長は？

Q4 現在の体重は？

Q5 たばこを吸っていますか？

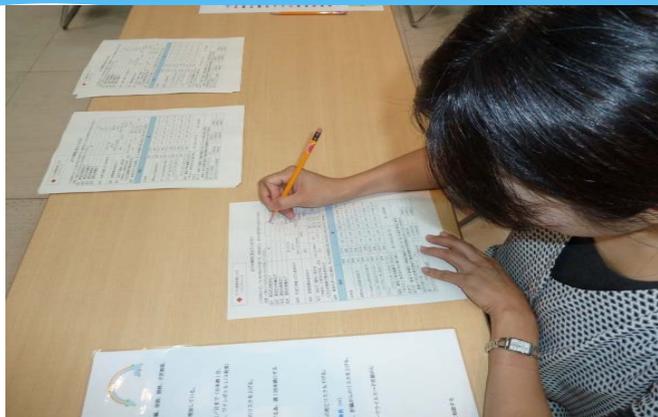
Q6 お酒を飲みますか？

Q7 Q8で「飲む」または「のめる」と書いた方は、どのくらい頻度で飲みますか？

Q8 あなたが1日に飲む、もっとも頻りに飲むものに○をつけてください

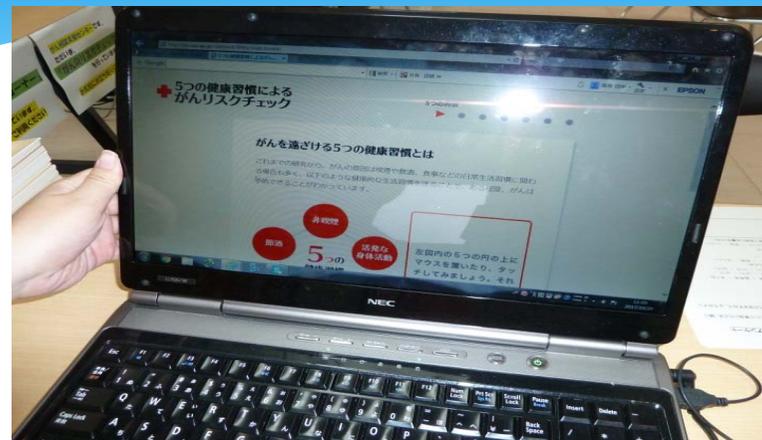
種類	量	頻度	1日	2日	3日	4日	5-6日	7日
日本酒	飲まない	少量	1杯	2杯	3杯	4杯	5-6杯	7杯
焼酎または泡盛（焼酎で）	飲まない	少量	1杯	2杯	3杯	4杯	5-6杯	7杯
ビールまたは発泡酒（大瓶で）	飲まない	0.5本	1本	2本	3本	4本	5-6本	7本
ワイン（赤・白）またはブランデー（シングル・トリプル）	飲まない	0.5杯	1杯	2杯	3杯	4杯	5-6杯	7杯
ウイスキー（ダブル・トリプル）	飲まない	0.5杯	1杯	2杯	3杯	4杯	5-6杯	7杯
Q9 過去1年の食事で、「たらこ」「すじこ」をどのくらい食べましたか？		週1回以上食べた		週1回未満				
Q10 過去1年間の「身体活動の量」についてお答えください。 週5日以上1日に少なくとも30分程度身体活動をどれくらいですか？		1時間未満	1-2時間未満	2-3時間未満	3-4時間未満	4-5時間未満	5時間以上	
Q11 毎日歩いている時間		30分未満	30分-1時間未満	1-2時間未満	2-3時間未満	3時間以上		
Q12 毎日歩いている時間		1時間未満	1-2時間未満	2-3時間未満	3時間以上			

がんのリスク診断



がんのリスクチェックの10項目を書いた用紙に、各自記入してもらいます

がんのリスク診断



回答用紙に記入されたデータを、PCに入力します
45~74歳対象なので、外れる方は参考に…としました

がんのリスク診断



あなたのがんになる
リスクは今の所16%
です。塩辛いものが
お好きなのですが、
このまま食べ続ける
とリスクは40%まで
上がります。少し控
えめにしましょう。

結果を伝え、
がん予防の12か条に
沿って、気になるところ
について指導します

がん予防の12か条と がん相談支援センターの紹介

がん予防の12か条

1. 食生活に気を配る
2. 他人のたばこの煙を吸わない
3. 歯磨きを怠らない
4. 長年喫煙を止める
5. 塩辛い食品は控えめに
6. 野菜や果物を十分に食べる
7. 過度に運動
8. 適切な体重維持
9. ウイルスや細菌感染の予防と治療
10. 定期的ながん検診
11. 体の異変に気づいたらすぐ受診
12. 正しいがん治療を受ける

がん相談支援センターをご利用ください！！

<大分県内のがん相談支援センターのある病院>

名称	所在地	電話番号
大分県立病院	大分県立病院	097-346-7062
大分赤十字病院	大分赤十字病院	097-332-6181
大分県立総合医療センター	大分県立総合医療センター	097-767-1111
中津市立病院	中津市立病院	0979-32-2480
津久井市立病院	津久井市立病院	0973-32-8772
アルメイダ病院	アルメイダ病院	097-369-3121
大分県立がんセンター	大分県立がんセンター	097-393-1111
津久井病院	津久井病院	0977-33-7111

相談時間：月～金 8:30～17:00(津久井市立病院のみ8:00～)
相談は無料です 予約も不要です
受付していない施設でも大丈夫です
がんに関することから、何でもご相談下さい！
(検査・治療のこと、セカンドオピニオン、医療費・社会保障制度、
治療に伴う症状・副作用対策、精神的不安、就労・就学について、
医療施設を探す、在宅療養 等)
県立行政機関 総合がん相談センター「がん情報サービス」
<http://ganinfo.jp>

がん相談ブースの評価

平成28年5月

がん相談（日常生活のこと） 1件
 リスクチェック診断 29件 /計30件

平成28年10月

がん相談（術後の生活、受診継続の必要性等）4件
 リスクチェック診断 12件 /計16件

平成29年5月

がん相談（術後合併症、食事、受診科等） 5件
 リスクチェック診断 57件 /計62件

がん予防などのアドバイスが聞けてよかった

25

がん相談ブース結果の共有

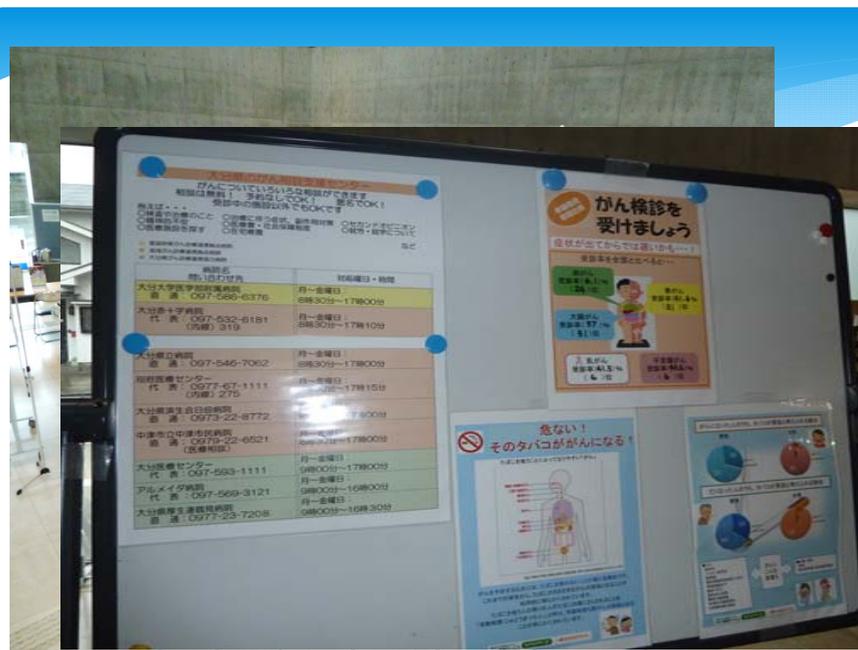
ブース終了後、当番施設の相談員代表が
 報告書を作成

- ・参加人数
- ・がん相談の内容と件数
- ・会場設営やその他で気がついたことや
 注意点、次の当番施設への引継ぎ事項

***報告書は、県内のがん診療連携拠点病院・
 協力病院へメールで報告**

26

禁煙やがん検診率アップをめざして ポスター掲示を追加



28

その他の活動として…

H28年度 緩和ケア講演会開催 「がんの痛みをがまんしない」

講師:奥田医師
(大分大学病院緩和ケアセンター長)

主催:大分大学病院緩和ケアセンター
がん相談支援センター
場所:大分県立図書館視聴覚ホール
対象:一般市民

29

H28年度緩和ケア講演会



がんの経過と痛みの弊害、鎮痛手段の紹介、緩和ケアセンターの案内等お話ししました

30



図書貸出しフロア入口でも御案内

H29年度 緩和ケア講演会開催 「がんには負けない体づくり」

講師:奥田医師(大分大学病院緩和ケアセンター長)
足立管理栄養士(大分大学病院臨床栄養管理室)

主催:大分大学病院 緩和ケアセンター
がん相談支援センター
場所:大分県立図書館 第2・3研修室
対象:一般市民

31

H29年 緩和ケア講演会



がんの治療を受ける上で必要な栄養や食事の摂り方の工夫等お話ししました

32

平成29年度緩和ケア講演会 アンケート結果

受講者数:32名 (アンケート回答23名)

主に大分市、別府市から参加 年代:20~70歳代

内容について 良かった17名 普通5名 無回答1名

がん相談支援センターを知っているか

はい 10名 いいえ 13名

がん相談支援センターがどこにあるか知っているか

はい 4名 いいえ 19名

どんな相談ができるか知っているか

はい 3名 いいえ 19名

33

図書館との連携は無限大！

図書館からがん相談支援センターへ繋ぐことで、
より専門的ながん情報を提供できる
司書さんにもがん相談支援センターのことを理解して頂く
イベントを通じて、顔の見える関係作り

図書館という参加しやすい場所での情報発信に
より、市民のがんに関する知識を増やせる
がんに関する講演会・研修会・がん相談ブースなど
県内各拠点病院が、近隣図書館とコラボ！！

34

ご静聴ありがとうございました



35