

報道関係各位

がん支援の最前線から患者さんの生活に役立つ工夫をご紹介します
中央病院「がん患者さんのサポートと生活の工夫展」
 2022年3月8日～4月30日オンライン開催／3月12日はライブ配信も実施

2022年2月25日

国立研究開発法人国立がん研究センター

国立研究開発法人国立がん研究センター（理事長：中釜齊、所在地：東京都中央区）中央病院（病院長：島田和明）は、がん患者さんとそのご家族が快適に暮らすための様々な工夫をご紹介します「がん患者さんのサポートと生活の工夫展」（以下、「生活の工夫展」）を2022年3月8日（火）～4月30日（土）にオンラインで開催します。

中央病院では、2016年9月に患者サポートセンター（中央病院8階）を開設し、患者さんのQOLを重視した支援を看護師や薬剤師、栄養士、医師などのチームで実践しています。

「生活の工夫展」オンラインでは、患者サポートセンターで中央病院の患者さんを対象に行っている「リンパ浮腫セルフケア教室」「抗がん剤資料教室」や「臨床試験について」の患者教室やセミナーなど9テーマ19本の動画を開催期間中に一般公開します。

また、3月12日（土）には「まもる～自分も、周りも、感染からも、がんからも～」をテーマとした多職種でのパネルディスカッションのライブ配信と、AYA（アヤ）世代と呼ばれる15歳から39歳の思春期・若年成人のがん患者さんを対象としたオンライン患者サロンを開催します。

全国の患者さんに、ご都合に合わせて視聴いただけるよう、54日間にわたり開催しますので、ぜひご参加ください。

特設サイト URL: <https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/division/nursing/power/2022/index.html>

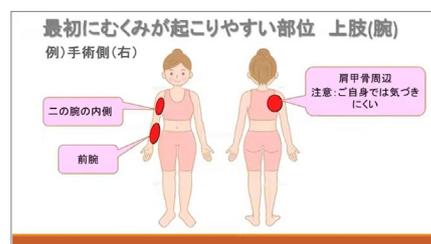
サイト閲覧可能期間（動画公開期間）:

2022年3月8日（火）午前9時から4月30日（土）午後5時まで

参加費: 無料

対象: 患者、家族などどなたでも参加可

※「オンライン患者サロン AYA ひろば」は事前登録制



「リンパ浮腫ケア教室」の
動画説明スライド

オンデマンド配信プログラム

● 患者教室

テーマ	時間・本数	内容
リンパ浮腫ケア教室	15分×2本	①リンパ浮腫の予防とセルフケア ②セルフマッサージの方法
抗がん剤治療教室	10分×2本	①治療による副作用対策【概要編】 ②治療による副作用対策【生活の工夫編】
乳がんボディイメージ教室	20分×1本	乳がん術後の乳房再建術のお話
親と子サポート教室	5分×2本	親が子どもを「見まもる」ポイント ①未就学児 ②就学児
緩和ケア教室(仮称)	5分×3本	①食べるをまもるケア ②睡眠の質をまもるケア ③お肌をまもるケア

● セミナー

テーマ	時間・本数	内容
臨床試験ってなあに	10分×3本	がんの臨床試験についての疑問にお答えします
食事の話	5分×1本	からだをまもるお食事についてお伝えします
見た目をまもる最前線	6分×4本	治療による外見の変化について、できること・できないことをお伝えします
こころに寄り添うこと	5分×1本	悪い知らせを聞いた後、自分と家族を「まもる」ための、こころの専門家からのメッセージ

ライブ配信プログラム

- 多職種パネルディスカッション「まもるためにできること～自分も、周りも、感染からも、がんからも～」
がんとわかったとき、治療中、普段の生活で、医師、看護師、薬剤師、ソーシャルワーカーはどんな支援ができるの「まもる」をテーマにディスカッションを行います。また、質問にお答えするライブ Q&A も実施します。

開催日時: 3月12日(土)13:00～14:00

※2022年3月15日(火)以降はオンデマンド配信いたします。

ライブ出演者: 感染症科医、がん治療医、看護師、薬剤師、理学療法士、医療ソーシャルワーカー

● オンライン患者サロン AYA ひろば

AYA 世代のがん患者さん同士が集まって交流や情報交換する場です。その日に参加した患者さんたちが話したい内容を自由に話していただく場としています。事前登録が必要です。

開催日時: 3月12日(土)14:00～15:00

対象： 15 歳から 39 歳の患者さん
 定員： 30 名
 申し込み方法： 以下の HP よりお申し込みください。
<https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/AYA/060/index.html>
 締め切り： 3 月 10 日(木)23:59

参考資料：

生活の工夫カード

中央病院の患者さんの声を拾い上げ、看護師の立場からの知識や技術を補強したもので、患者さんと看護師と一緒に作成しました。

以下のサイトから全 36 種をご覧いただけます。ダウンロードも可能ですので印刷してご活用ください。

https://www.ncc.go.jp/jp/ncch/division/nursing/division/support_card/index.html

生活の工夫カードのご案内

がんの治療が決まったら、がんの治療中に、経過観察中に、痛みなどの症状のコントロール中に、**生活の工夫カード**をご活用ください！
 がん患者さんの生活上の不便さを解消するための工夫をまとめたカードです。多くの患者さんが実際に持っている工夫や、医療者からおすすめできる対処法を紹介しています。

生活の工夫カードの種類 30~36はNEW!!

(1) 爪の変形・変色	(13) 体力的低下による動きにくさ	(25) 下痢
(2) 皮膚の変化・色素沈着	(14) 体力的低下	(26) 寝むれ・便むれ
(3) 放射線治療中の脱毛	(15) 洗濯	(27) 尿や便のおいけ臭になる
(4) 放射線治療中のスキンケア	(16) 排泄	(28) 味覚の変化
(5) 乳剤切離後の手首	(17) 調理物	(29) においの感じ方の変化
(6) 腋毛 (かつらの脱び方①)	(18) 食事 (食事のしにく)	(30) 治療中のメイクについて
(7) 腋毛 (かつらの脱び方②)	(19) 食欲がわかない・食べられない	(31) 治療中の性生活について
(8) 腋毛に悩めるために	(20) 口の中の乾燥	(32) 治療中の仕事について
(9) 外見が変わりづらい服装のとき	(21) 食事の時ののどの痛み	(33) 治療中の育児について
(10) 入浴時になり難さに引けない	(22) 白濁時や下ったときの食事	(34) 髪ががんになったら
(11) 靴履きしづらかったとき	(23) 口内炎	(35) 子供にどのように伝え支えるか①②
(12) 手足のしびれ	(24) 便秘	(36) 看護師にご相談ください

国立がん研究センター中央病院看護部



<お問い合わせ先>

一般からの問い合わせ先

国立研究開発法人国立がん研究センター
 総務部総務課
 〒104-0045 東京都中央区築地 5-1-1
 TEL:03-3542-2511(代表)

報道関係からの問い合わせ先

国立研究開発法人国立がん研究センター
 企画戦略局 広報企画室
 TEL:03-3542-2511(代表) FAX:03-3542-2545
 E-mail:ncc-admin@ncc.go.jp