



帝京大学医学部附属病院 帝京がんセンター がん相談支援室だより

No.21

2021年 5月 1日 がん相談支援室発行

「わたしらしいがん治療」を実現するために ノートを活用してみませんか？

わたしらしいがん治療ノート 記入日 年 月 日

わたしのチェックシート

がん治療に対する向き合い方は人それぞれ。正解があるわけではありません。まずは、あなた自身を深く知ったうえで、あなたに合った選択をすることがとても大切です。たとえば、あなたは病院やお医者さんが苦手だと感じているのでしょうか？ なぜ苦手と感じるのでしょうか？ あなた自身を深く知ることが、あなたに適したがん治療を見つけるヒントになるかもしれません。このシートで整理したことをもとに、医療従事者にあなたのことを伝えてみてはいかがでしょうか。

● 記入例

病院・お医者さんが苦手だ	はい / いいえ 【理由】 自分のからだのことは気になるが、重い病気を告知されるのが怖い。病気を受け入れられる自信がない。
病院・お医者さんが苦手だ	はい / いいえ 【理由】
自分が思ったことを、はっきり伝えられる	はい / いいえ 【理由】
病気や治療について自分で積極的に調べる	はい / いいえ
自分の病気のことはぜんぜん知らない	ぜんぜん知らない / 知りたくないこともある / 知りたくない 【理由】

国立がん研究センターがん対策情報センターとアストラゼネカ株式会社が作成した

「わたしらしいがん治療ノート」

をご紹介します。

自分を知り、自分を支えてくれるものを見つけ、治療に望むものを見出すことができ、医療者や家族、周りの人へ自分の考えや体調の変化を上手に伝える手助けになります。

また、治療の記録を習慣づけ、時に見返すことで、体調や副作用の出方、生活のリズムに気が付くことができ、療養生活や仕事のプランニングに役立てることができます。ぜひ、ご活用ください。

〈ノートで記録・整理できる内容〉

- ・自分の病気、治療、過去・現在・未来のこと
- ・悩みを相談できる場所、医療費・お金のこと
- ・周りの人へのお願ひ、職場へ伝えること
- ・生活の記録
- ・治療の記録



がん相談支援室ではこのノートをご用意しております。ご興味のある方はお立ち寄りください。下記のウェブサイトから印刷もできます。

アストラゼネカ株式会社「わたしらしいがん治療ノート」
<https://www.az-oncology.jp/do/note/>



がん相談支援室では、いつでもがんに関するご相談をお受けしています。

ご相談受付

相談時間 月～金 9:00～16:00
(祝・年末年始・創立記念日を除く)

相談方法 面談・電話

※面談は新型コロナウイルス感染対策を行った上でお受けしています。詳しくは、がん相談支援室ホームページをご覧ください。

電話 03-3964-3956
(直通)

ご相談は無料です。

1階 ⑭入退院センター
帝京がんセンター
がん相談支援室
(がん相談支援センター)



🌙 夜間もお電話でご相談をお受けしています
月・金のみ 17:00～21:00
TEL 03-3964-1211(代表)