

健康・医療情報の探し方

～図書館で

がん情報を入手する～

埼玉県立久喜図書館

自然科学・技術資料担当 山本

本日の内容

- ① なぜ「情報の探し方」が重要なのか？
- ② 情報探しのポイント
- ③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう
- ④ 相談する、体験談を読む
- ⑤ 健康・医療情報サービスのご案内

①なぜ

「情報の探し方」が

重要なのか？

① なぜ「情報の探し方」が重要なのか？ 情報を入手するには

● がん情報の主な入手先

- ・ インターネット
- ・ 医師・看護師
- ・ 本
- ・ テレビ・雑誌

出典

「がん情報入手、医師よりネットで
がんセンター中央病院調査」

『日本経済新聞 Web版』

2014年8月30日

誰でも簡単に
膨大な情報を
入手することが
できるように

① なぜ「情報の探し方」が重要なのか？ 偏った情報

Google 🔍

すべて ニュース 画像 動画 ショッピング もっと見る ▾ 検索ツール

約 17,900,000 件 (0.68 秒)

他のキーワード: がん治療支援保険

最先端の免疫療法でがん治療 - ganno-clinic.jp
📄 www.ganno-clinic.jp/ ▾
(あきらめないがん治療) 輝風会がんのクリニック/相談会実施中
📍 豊島区 南池袋1丁目25-11 第15野萩ビル7F - 0120-582-820 - 営業終了・時間 ▾
各クリニックのご案内 詳細な資料請求はこちら
免疫細胞療法とは 個別相談会開催中

聞わないがん治療 - medipolis-ptrc.org
📄 www.medipolis-ptrc.org/ ▾
副作用が少なく、通院で治療できる治療法 / 陽子線治療で世界有数の実績！
陽子線治療により効果が期待できるがん: 陽子線治療 がん治療【メディポリス国際陽子線

医者も通うガンの免疫治療病院
📄 www.mitgroup.tokyo/cancer-clinic ▾
東京駅5分がん治療専門医による腫瘍内科 約4回の通院による早期治療が可能。
タイプ: 肺がん, 膵臓がん, 胃がん, スキルス胃がん, 大腸がん, 直腸がん, S状結腸がん, 肝臓がん・肝細胞が...
リーナス, APT分子免疫治療, 副作用の少ない免疫治療, オンコノー・抗PD-L1抗体, 免疫チェックポイント阻...
無料資料請求はこちら・副作用が極僅かの免疫治療・治療費用について・標準治療との併用可能

Googleで「がん 治療」と
検索すると...

広告が最初に
上がってくる

信頼性？

① なぜ「情報の探し方」が重要なのか？ 情報を入手するには

● がん情報の主な入手先

- ・ インターネット
- ・ 医師・看護師
- ・ 本
- ・ テレビ・雑誌

出典

「がん情報入手、医師よりネットで
がんセンター中央病院調査」


『日本経済新聞 Web版』

2014年8月30日

● 情報に対する不安

- ・ 信頼できる情報が
- ・ 医療用語が難しい
- ・ 調べ方がわからない
- ・ 反対の意見はないか
- ・ 最新の情報が

など



図書館が
情報支援

②情報探しの

ポイント

② 情報探しのポイント インターネット情報を読むとき その1

「マンガで解説！5分でわかる！健康情報見極め術」 ([http://www.qlife.jp/value/](http://www qlife.jp/value/))

1 サイト運営者の名称チェックをする

2 サイト運営者の連絡先をチェックする

3 安易に強い表現をしていないか

→ 見る人を不安に陥れたりあせらせる表現が多いサイトは、避ける方が無難です。

4 法律に基づいて事業を行っているか

→ 信販売や人材紹介などには関連法規、個人情報の取り扱いには個人情報保護法があります。

5 問合せ窓口がきちんとあるか

→ 問い合わせ窓口があって、何かトラブルがあった場合に、すぐに相談ができそうですか？

サイト運営者の
信頼性

② 情報探しのポイント インターネット情報を読むとき その2

「マンガで解説！5分でわかる！健康情報見極め術」 ([http://www.qlife.jp/value/](http://www qlife.jp/value/))

1 情報の発信者の意図を想像する

2 情報のスポンサーを確認する

3 情報の出所やエビデンス（根拠）は？

→ 一部のデータだけを都合よく抜き出して利用しているケースもあります。

4 その「専門家」は信用できるか

→ 医学博士・名誉教授などの肩書だけで信頼する事は避け、
実在の人物なのか、どんな論文を書いているのか調べましょう。

5 いつの情報か

→ 5年以上更新が行われていない情報は、内容が古過ぎる可能性があります。
ただし必要以上に新薬や新治療をありがたがるのも危険かもしれません。

個別の情報の
信頼性

③役立つ

本・ウェブサイトを

見てみよう

③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう がんについて図書で調べる

県立久喜図書館 がん情報コーナー

がんの基礎知識などの全般的な情報から、各種がんの図書まで約500冊を用意。

相談窓口や、専門機関から入手した、がん治療に関するパンフレット類も。



資料リスト(2016年8月10日改訂)

がん、 もっと知りたい!

2016改訂版



～治療、生活、これからのこと～

埼玉県立久喜図書館 自然科学・技術資料担当
埼玉県久喜市下早見85-5 Tel: 0480-21-2659

日本人の2人に1人が、一生のうちにがんになる可能性があるといわれています。すべての人にとって、がんは身近な病気です。これからがんのことを知りたいという方や、治療中の方、そのご家族のお役に立てるよう、図書・雑誌を集めました。この資料リストでは、埼玉県立図書館の所蔵資料のなかから、比較的最近刊行された、がんの基礎知識、予防と検診、治療方法、緩和ケア、治療中の生活、がんと仕事などの資料を中心に、罹患数の多いがんについては各がんの資料を掲載しています。がんとの闘いは“情報戦”といわれています。がんという病気について理解し情報を得るために、この機会をぜひご活用ください。



【埼玉県プロダクション】

1 図書リスト

【がん全般】

- ① がんってなに?2p
- ② 予防と検診2p
- ③ がん治療の基礎知識2p
- ④ がんの治療法(薬物療法)3p
- ⑤ がんの治療法(放射線療法)3p
〔→手術療法については、各種がんの資料をご覧ください。〕
- ⑥ 痛みのケア、緩和ケア3p
- ⑦ 心のケア4p
- ⑧ 栄養と食事のくふう4p
- ⑨ 治療中の方やご家族の立場からみた治療、生活、お金のこと4p
- ⑩ がんと仕事4p
- ⑪ がんの再発5p
- ⑫ 闘病記案内5p
- ⑬ 医療機関案内5p

【各種がん】

- ⑭ 胃がん5p
- ⑮ 肺がん6p
- ⑯ 大腸がん6p
- ⑰ 肝がん6p
- ⑱ 膵がん6p
- ⑲ 前立腺がん7p
- ⑳ 乳がん7p
- ㉑ 子宮がん(子宮体がん・子宮頸がん)、卵巣がん7p

※下記の資料を参考に、罹患数が多いがんについて取り上げました。

参考文献『がんの統計 2015年版』
(がん研究振興財団 2016. 3)

2 雑誌特集記事8p

3 インターネット情報8p

- 病気や薬に関する知識・情報は日々変わっています。ここにある資料がすべてではありません。
- 常に最新の情報にあたり、ご自身で複数の情報源を比較して判断することが大切です。

がん資料リスト 「がん、 もっと知りたい! 2016改訂版」

- ・ 各種がん
- ・ 心のケア
- ・ 栄養と食事
- ・ がんと仕事
- ・ 緩和ケア etc

③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう
がんについて図書で調べる

1. 国立がん研究センターのがんの本

(小学館クリエイティブ)

『乳がん』 『肺がん』 『胃がん』 『大腸がん』 『がんの予防』

2. やさしい〇〇の自己管理

(医薬ジャーナル社)

3. インフォームドコンセントのための図説シリーズ

(医薬ジャーナル社)

③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう がんについてウェブサイトで調べる（埼玉）

名称	● 埼玉県がん対策 http://www.pref.saitama.lg.jp/kenko/iryo/gan/index.html
運営者	埼玉県 保健医療部 疾病対策課 がん・疾病対策担当
特長	埼玉県のがんの統計、埼玉県がん対策推進計画など、埼玉県のがん対策の情報・支援制度を掲載。 『埼玉県がんサポートハンドブック（地域の療養情報）』がダウンロードできる。 情報は随時更新されている。



③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう がんについてウェブサイトで調べる

名称	<p>● がん情報サービス http://ganjoho.jp/public/index.html</p>
運営者	国立がん研究センター
特長	<p>がんの解説から、治療・生活・予防まで、信頼性の高い情報を提供している。 がん相談支援センターの検索もできる。</p>

各種パンフレットが
無料でダウンロードできる



何に役立つの？
個人情報は大丈夫？


がん医療データを国で一本化、
がん対策などに運用

詳しくはこちら

「全国がん登録」

2016年1月に始まります

医療関係者向けサイトへ

 **がん登録・統計**

がんの状況や、がん登録、がん対策
について知ることができます。

病院を探す

がん診療連携拠点病院
小児がん拠点病院
緩和ケア病棟などを探せます

療養生活に役立つ

患者必携

→ 患者さんの手記

ganjoho.jp

患者必携

がんになったら 手にとるガイド

普及新版

国立がん研究センター
がん対策情報センター

別冊「患者必携 わたしの療養手帳」つき

「社会とのつながり」「患者さんの手記」を
より充実！ すべてのがんに共通する
情報をまとめた
普及新版です。

あわてないで！
大丈夫、知りたいことが
ここに載っています。

 山内麻子

がん情報サービスウェブサイト
トップページから

「患者必携
がんになったら手にとるガイド」
が無料で閲覧できる

③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう
がんについてウェブサイトで調べる

名称	● がん情報サイト http://cancerinfo.tri-kobe.org/
運営者	米国国立がん研究所、(公財)先端医療振興財団
特長	米国国立がん研究所 (NCI) が配信している、世界最大最新のがん情報データベース「PDQ®」の日本語版等、がん情報を配信するウェブサイト

！注意！
日本国内では未承認の
診断・治療情報も掲載

③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう
がんの薬について調べる

医薬品医療機器総合機構 (<http://www.pmda.go.jp/>)

薬の添付文書が全文閲覧できる。
随時更新がされているため、最新の情報を得ることができる。

おすすめ

 『**JAPIC医療用医薬品集**』（日本医薬情報センター）

医療用医薬品について、用法・用量・副作用などの情報を掲載。毎年刊行。

 『**医者からもらった薬がわかる本**』（法研）

医療用医薬品の概要が、わかりやすく書かれている。隔年刊行。

③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう 病気について更に詳しく知りたい時

診療ガイドラインで調べる

特定の病気について、標準的な治療方法を示した文書
最新のガイドラインは、医療の標準として参考になる。

- 医学専門学会により科学的な根拠に基づいて作成されるのが通例。
- ガイドラインには、医療関係者向け以外に、患者・家族を対象とした一般向けのものが出ていることもある。

**※ 全ての疾患について作成されているわけではないこと、
特定患者の治療にそのまま適用できるものではないことに注意。**

③ 役立つ本・ウェブサイトを見てみよう 専門の情報を手に入れる

「治療の根拠となるデータや論文が見たい」「最新の研究情報が知りたい」
そんな時は・・・

★雑誌で調べる

- ・「**医学のあゆみ**」（医歯薬出版）
 - ・「**最新医学**」（最新医学社）
- 医療系雑誌 約55誌受入

★データベースで調べる

- ・「**医中誌Web**」（医学中央雑誌刊行会）
国内発行の、医学・歯学・薬学・看護学及び関連分野の定期刊行物、
のべ約5,000誌から収録した約750万件の論文情報を検索できます。

※「医中誌Web」は、どの雑誌にどのような論文が掲載されているかを調べるデータベースであり、論文の内容を見ることは出来ません。
(一部読める論文もあります)

④ 相談する、
体験談を読む

④ 相談する、体験談を読む がんについて相談する

がん相談支援センター（がん診療連携拠点病院） **通話料のみ**

《埼玉県がんサポートハンドブック p10-11》

(<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0705/gantaisaku/gansupporthandbook.html>)

から県内のがん相談支援センター一覧を見ることができる。

直接と電話で相談を受け付けており、その病院に通院していなくとも相談可。

就労セカンドオピニオン（一般社団法人 CSRプロジェクト） **通話料のみ**

(<http://workingsurvivors.org/secondopinion.html>) 要予約

がん患者・家族の就労に関する悩みにソーシャルワーカー、社会保険労務士、産業カウンセラー、キャリアカウンセラーなどが電話にて対応。

がん相談ホットライン（公益財団法人 日本対がん協会） **通話料のみ**

03-3562-7830（祝日以外毎日10時～18時）

心配ごとや不安な気持ちに対する相談に、看護師や社会福祉士が対応する。

また、医師による面接・電話相談も実施（完全予約制）。

(3) がんに関する相談窓口

・がん診療連携拠点病院（国指定）及び埼玉県がん診療指定病院には、「がん相談支援センター」という相談窓口が設けられています。信頼できる情報に基づき、その病院に通院していなくても、どなたでも無料で相談できる窓口です。是非、ご利用ください。

①がん相談支援センター

ア がん診療連携拠点病院のがん相談支援センター (平成27年4月1日現在)

病院名及び相談窓口	問合せ先	対応曜日・時間
埼玉県立がんセンター 地域連携・相談支援センター	代表 048-722-1111 電話相談可 対面相談要予約	月～金曜日 9時～16時
さいたま赤十字病院 がん相談支援センター	直通 048-852-2861 電話相談・対面相談原則予約制	月～金曜日 9時～16時30分
さいたま市立病院 がんなんでも相談室	代表 048-873-4111 電話相談可 対面相談予約不要	月～金曜日 8時30分～17時
自治医科大学附属 さいたま医療センター 地域医療連携部総合相談室	代表 048-647-2111 電話相談可 対面相談要予約	月～金曜日 8時30分～17時15分
埼玉県済生会川口総合病院 がん相談支援室	直通 048-253-8941 電話相談可 対面相談要予約	月～金曜日 8時45分～16時30分
川口市立医療センター 総合相談室	代表 048-287-2525 電話相談可 対面相談予約不要	月～金曜日 8時30分～17時
戸田中央総合病院 相談支援センター	代表 048-442-1111 (内線2244) 電話相談可 対面相談要予約	月～金曜日 9時～17時 土曜日 9時～13時
	代表 048-735-1261 電話相談可 対面相談要予約	月～金曜日 8時30分～12時 13時～17時15分
	048-965-1111 談可 対面相談予約不要	月～金曜日 9時～16時30分 土曜日(第3を除く) 9時～13時30分
	-228-3871 可 対面相談予約不要	月～土曜日 8時30分～17時
	-462-1101 可 対面相談要予約	月～金曜日 9時～17時
	2-984-4329 談可 対面相談要予約	月～土曜日 9時～17時
	表 048-571-1511 電話相談可 対面相談予約不要	月～金曜日 8時30分～16時50分 土曜日(第1, 3, 5) 8時30分～12時30分

埼玉県
がんサポート
ハンドブック
より

がん相談支援センター

がん診療連携拠点病院（国指定）と、埼玉県がん診療指定病院に設置されている、がんの相談窓口です。がんに関する治療や療養生活全般のこと、地域の医療機関などについて、対面や電話で相談することができます。かかりつけの病院以外でも、無料で利用できます。

がん患者会・患者支援団体、サロン等

患者さん同士が出会え、支え合える場所や支援などの一覧表です。

図書館で、がん相談

治療、生活、心をサポート

図書館で、がんの相談会を行います！

相談員：埼玉県立がんセンター／地域連携・相談支援センターのがん専門相談員（ソーシャルワーカー）

相談料：**無料**

日時：平成28年9月6日（火）13:00～16:30

定員：事前予約制。先着6組まで。

④ 話をする、話を聴く 他の人の体験談を聴く、読む

認定NPO法人 健康と病いの語り ディペックス・ジャパン

(<http://www.dipex-j.org/>)

乳がん、大腸がん、前立腺がん検診の体験談を動画や音声、活字で読める。

パラメディカ (<http://homepage3.nifty.com/paramedica/>)

故星野史雄氏が運営していた、闘病記専門オンライン古書店。

各種がんの闘病記一覧を見ることができる。



『**病気になった時に読むがん闘病記読書案内**』

(パラメディカほか編 三省堂 2010)

NPO法人 私のがんnet (<http://www.my-cancer.net/>)

「がん一万人の声」として各種がん患者の思いを動画、テキストで配信。

⑤健康・医療情報

サービスのご案内

⑤ 健康・医療情報サービスのご案内 健康・医療情報リサーチガイド@埼玉



「健康・医療情報の調べ方」を まとめた小冊子です。

健康・医療情報の調べ方のポイントやおすすめの
図書、インターネットサイトなどをご紹介します。
病気／医療機関／薬など、テーマごとに調べ方を
まとめ、埼玉県内の相談機関や患者会の情報なども
掲載しています。

県立図書館ウェブサイトでもダウンロードできます。
([https://www.lib.pref.saitama.jp/
stplib_doc/health/health.html](https://www.lib.pref.saitama.jp/stplib_doc/health/health.html))

⑤ 健康・医療情報サービスのご案内 健康医療に関する展示

開催中



がん患者会パネル展示

(～平成28年9月19日まで)

開催中



ミニ展示「がんと仕事」

(～平成28年9月19日まで)

⑤ 健康・医療情報サービスのご案内 調査・資料相談

司書が調べ物のお手伝いをいたします

- お困りのときは、専門職である司書が、インターネットだけでは入手できない情報探しをサポートします。
- ご来館時はもちろん、電話、ウェブサイトからもご質問を受け付けています。
ご利用される方のプライバシーを守ります。

がん治療中の
食事の本は？

術後のリハビリ
の本を読みたい

⑤ 健康・医療情報サービスのご案内 県立図書館ウェブサイト

埼玉県立図書館がん情報コーナーのページもぜひ♪

(https://www.lib.pref.saitama.jp/stplib_doc/health/cancer.html)

 **埼玉県立図書館**
Saitama Prefectural Libraries

あなたの「調べる」を応援します

サイト内検索 [サイトマップ](#)

埼玉県立図書館 > 健康・医療情報サービス > がん情報コーナー

がん情報コーナーのご案内

 **がんは情報戦。身近な場所で、情報を入手できるように…**

日本人の2人に1人が、一生のうちにがんになる可能性があるといわれています。すべての人にとって、がんは身近な病気です。がんの基礎知識などの全般的な情報から、各種がんの図書を集め、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。相談窓口や、専門機関から入手した、がん治療に関するパンフレット類もご提供しています。
(最終更新：2015年8月14日)



- ▼ [「がん情報コーナーのご案内」](#) (PDF形式 880KB)
- ▼ [がん情報コーナー図書](#)
- ▼ [がん情報パンフレット](#)
- ▼ [がん相談窓口](#)
- ▼ [インターネット情報](#)
- ▼ [がん患者会・支援団体](#)
- ▼ [がんとお金](#)
- ▼ [がんと仕事](#)
- ▼ [その他関係機関のリンク集](#)

- ・ **がん相談窓口**
- ・ **インターネット情報**
- ・ **がん患者会・支援団体**
などご紹介

⑤ 健康・医療情報サービスのご案内 情報の探しかた講座

健康・医療情報の探し方を、実習形式で学べます

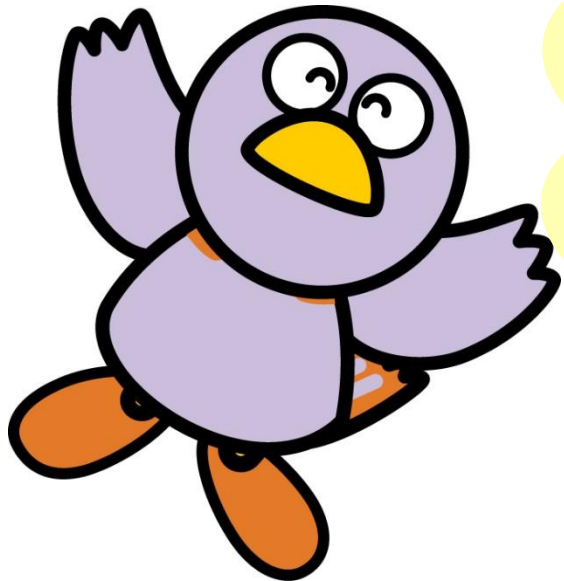
無料



昨年の講座の様子

コース	開催日時
「健康情報の「目利き」になりましょう 1、2」	10月26日（水） 15:00～16:30
	11月24日（木） 15:00～16:30
「カラダと病気の 情報を探そう」	11月10日（木） 15:00～16:00
「オンラインデータベース 『医中誌Web』を 使ってみよう」	12月8日（木） 15:00～16:00

ご清聴いただきまして ありがとうございました



1 階ホールのがん患者会パネル展示
2 階閲覧室のがん情報コーナー
がん資料ミニ展示も
ぜひご覧ください♪