

# おわりに

これからのことを考え、不安な気持ちに押しつぶされそうになるかもしれません。そんなときは、その悩みや不安を一人で抱え込まないで、誰かに相談してください。あなたを支え、寄り添ってくれる人がたくさんいることを忘れないでください。

このサポートブックが、あなたが「がん」と向き合い、あなたらしく毎日を過ごせるための手助けとなることを願っています。

## 参考書籍

	<p>●<b>がんになったら手にとるガイド</b></p> <p>がんの情報をまとめた冊子です。がんの基礎知識や治療のこと、がんと向き合い方や療養生活に役立つ情報などが詳しく掲載されています。</p>
	<p>●<b>わたしの療養手帳</b> (※「がんになったら手にとるガイド」の別冊)</p> <p>患者さん自身が、聞いたり、調べたりして、理解したことを書きとめて整理する手帳です。</p>
	<p>●<b>がんの冊子</b></p> <p>がんが疑われている方や、がんと診断された方、そのご家族などへ向けた冊子です。がん種ごとの解説や、療養生活について知っていただきたい情報などがまとめられています。</p>
	<p>●<b>もしも、がんが再発したら</b> ～本人と家族に伝えたいこと～</p> <p>がんの再発に対する不安や、再発に直面したときの支えとなる情報をまとめた冊子です。</p>

※「がんになったら手にとるガイド」、「わたしの療養手帳」、「もしも、がんが再発したら」は、書店で購入できる他、がん相談支援センター(P53～54参照)等で閲覧することができます。また、下記の二次元コードをスマートフォンまたは携帯電話で読み取っていただくと、電子版として読むことも可能です。

「がんの冊子」はがん相談支援センターで配布しています。





発行：広島県健康福祉局健康づくり推進課  
〒730-8511 広島市中区基町10-52  
TEL：082-513-3093（ダイヤルイン）  
FAX：082-223-3573  
E-mail：fukensui@pref.hiroshima.lg.jp

（平成23年 3月初版）  
（平成24年 3月改訂）  
（平成25年 7月改訂）  
（平成28年 8月改訂）  
（平成30年 8月改訂）  
（令和2年12月改訂）  
（令和5年 2月改訂）  
（令和7年 4月改訂）

このサポートブックの最新版は、「広島がんネット」  
に掲載しています。

<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/gan-net/>

