

塩谷都市医師会リレーコラム
シリーズ「がんを知る」

第17回「緩和ケアと医療用麻薬」

●緩和ケア
「緩和ケア」という言葉に、どのようなイメージを持っていますか？「がん治療ができなくなった方への医療」「がんの終末期に受けるもの」と思っている方が多いようです。

がんは、日本人の死因で最も多い病気です。現在、3人に1人はがんで亡くなっています。このように身近な病気になったがんは、誰でもかかる可能性があります。医療の技術進歩により外科手術、化学・免疫療法、放射線治療などさまざまな方法により余命を長期に延長、病気を克服する時代になりました。

しかし、これまでは『がんを消滅させる』ことが中心の医療でありましたが、最近『患者さんのつらさ』に焦点をあてる医療に変化しています。患者さんは、がん自体の症状のほかに、痛み、倦怠感などのさまざまな身体的な症状や、落ち込み、悲しみなどの精神的な苦痛を経験します。また、病気による仕事上・経済状態の苦痛（社会的苦痛）や、死の恐怖、人生の意味を見失うスピリチュアルペイン（死生観に対する悩み）が出現するため、全人的苦痛（トータルペイン）と言われています。「緩和ケア」は、がんと診断された初期から行う、身体的・精神的な苦痛をやわらげるためのケアです。患者さんと家族

●ご意見やご質問、取り上げてほしい病気などありましたら塩谷都市医師会までお便りをお寄せください。
問い合わせ／〒329-1312 さくら市桜野1319-3
さくら市氏家保健センター内 塩谷都市医師会

黒須病院 副院長 民上英俊（さくら市）

が自分らしく過ごせるように支えるには医師だけでは対応できません。病院では医師（身体科・精神科）、看護師以外にも薬剤師、栄養士、社会福祉士、リハビリ療法士などの専門職がチームを作り、苦痛を取り除き希望をかなえるようにお手伝いをします。また、在宅での療養を希望する患者さんには積極的に訪問看護ステーション、ケアマネジャー、ヘルパーと連携を行い住み慣れた地域での療養ができるようにお手伝いをします。

●医療用麻薬
日本での麻薬による疼痛コントロールの歴史は浅く、1988年モルヒネ徐放剤（長時間作用）が発売されましたが、消費量は増えず、他の先進国との格差が顕著となりました。その理由として社会全体での麻薬への誤解、恐れ、拒否感が強く、また、医療者の薬剤に対する教育も充分ではなかったためです。

2001年以降、本邦では新規麻薬は30種類以上発売されています。その剤形も注射、内服、貼付剤、坐薬、舌下錠と患者さんの状態に合わせて使用することが可能となりました。また、医療者も厚生省・日本緩和医療学会が中心となり「緩和ケア」に対する再教育が行われており『いつでもどこでもだれでも』安心して治療を受けられる体制が構築されました。

国民年金
20歳になったら国民年金

国民年金は、年をとったときやいざという時の生活を現役世代みんなで支えようという考えで作られた仕組みです。
国民年金のポイント

●将来の大きな支えになります

国民年金は20～60歳までの方が加入し、保険料を納める制度です。国が責任をもって運営するため、安定しており、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

●老後のためだけのものではありません

国民年金には、年をとったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障害が残ったときに受け取ることができます。また、遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族（「子のある配偶者」や「子」）が受け取ることができます。

問い合わせ／大田原年金事務所 ☎（22）6311
矢板市市民課 ☎（43）1117
FAX（43）5962

Q1. 国民年金の加入手続きは、いつ、どこで？
A1. 20歳になったら、お住まいの市役所の国民年金担当窓口で手続きをしてください。郵送でも手続きは可能です。

Q2. 毎月の保険料はいくら？
A2. 月額15,590円（27年度）です。

Q3. 保険料を安くする方法はあるの？
A3. あります！前納制度や口座振替をご利用ください。これらをセットにすることで、さらに割引になります。

Q4. 毎月15,590円は払えない。どうすればいいの？
A4. 国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合には、保険料の納付が猶予または免除される制度があります。市役所の国民年金担当窓口や年金事務所へご相談ください。

マイナンバー制度 1月から
マイナンバー利用開始！

問い合わせ／マイナンバーコールセンター
☎0120（95）0178

●1月から、マイナンバーの利用を開始します

マイナンバー（個人番号）は、国の行政機関や地方公共団体などにおいて、社会保障、税、災害対策の分野のうち、法令等で定められた手続きにのみ利用されます。

マイナンバーを利用する手続きでは、法律により厳格な本人確認が義務付けられています。1月以降の税・社会保障にかかる手続きの際は、「本人確認」と「マイナンバーの確認」を行いますので、それぞれが確認できる書類をご持参ください。

【本人確認を行う手続き例】

児童手当の現況届、児童扶養手当の認定請求、国民健康保険の高額療養費の支給申請、介護保険関係手続き（要介護認定・要支援認定等）、自立支援医療費の申請、身体障害者手帳の再交付申請 など
※税の申告は、平成28年分以降の所得にかかる申告書から適用されます。

【本人確認時の書類について】

本人確認	マイナンバーの確認
顔写真のある 公的証明書類 1 点 (運転免許証、パスポート、身体障害者手帳など)	通知カード (または、マイナンバーが 記載された住民票)
または 上記以外の 公的証明書類 2 点 (健康保険証、年金手帳、介護保険被保険者証、 児童扶養手当証書、預金通帳など)	
個人番号カード ※個人番号カードなら、1 枚で両方の確認ができます。	

●マイナンバー利用についてのご質問は、総合政策課 ☎（43）1112まで

●個人番号カードの交付を開始します

1月から、申請をした方に順次、個人番号カードの交付が始まりました。

個人番号カードは、プラスチック製のICチップ付きカードで、公的な身分証明書として利用できるほか、電子証明書を利用したさまざまなサービスにもご利用いただくことができます。

個人番号カードの交付申請は、「通知カード」に同封されていた申請書のほか、パソコンやスマートフォンでも行うことができます。ぜひ、取得をご検討ください。

よくあるご質問を紹介します！

- Q1. 個人番号カードは全員申請しないといけないのですか？
A1. カードの取得は任意です。
- Q2. 個人番号カードに有効期間はありますか？
A2. 20歳以上の方は10年、20歳未満の方は5年です。
- Q3. 個人番号カードの記載事項に変更があった場合はどうすればよいですか？
A3. カードの記載内容を変更しますので、住所地の市町村に届け出てください。



【通知カードと個人番号カードの違い】

	通知カード	個人番号カード
表面イメージ		
交付の申請 手続き	× (なし) ※2015年11～12月に郵送済み	○ (あり) ※申請書利用、またはスマホ・PCから
交付手数料	× (無料)	× (無料)
マイナンバーの 証明書として	○ (利用できる)	○ (利用できる)
身分証明書 として	× (利用できない)	○ (利用できる)
電子証明書	× (利用できない)	○ (利用できる)

※1 通知カード、個人番号カードともに再交付は有料です。
※2 電子証明書は、電子申告等に使うことができます。

●個人番号カード交付についてのご質問は、市民課 ☎（43）1117まで

普通車
運転免許

高校生免許取得応援

普通車(AT) チャレンジコース 税抜価格

1/21入校

2/9卒検予定

259,000円～
(税込279,720円～)

冬休み短期コース 受付中
(混む前に終わらせたい方、今から直ぐに始められます)

緑新グループ

矢板自動車学校

0120-037-194

矢板市荒井137 http://www.yaita-ds.jp/

※コースにより料金は異なります。詳しくはお問い合わせ下さい。
途中解約の場合は必要経費を除き払い戻し致します。この他に、県証紙代2,800円(原免許試験料、交付手数料)を入校時にお支払いいただきます。
定員になり次第締切となりますのでお早めのご予約をお願いします。

温度・湿度計付
乾燥に注意！
インフルエンザを
予防しましょう

新生活を応援します
光発電・電波時計
10気圧防水
あれば便利
ネクタイピン
きちんと感を印象付ける
ブチネックレス
サファイアガラス
スーパータニウム

ご購入いただいてからが
本当のお付き合い
いつでも相談できる
地元のお店をお選びください
認定補聴器技能者
10年 38532
020-3418
菊地 理
講習会に参加し、勉強しています。

やいた補聴器
ジュエリきくち
ダイユー矢板店前 木曜定休
営業時間 10:00～19:00
43-1347

現金買取
いたします
不要な
プラチナ
金
お持ちください。

腕時計電池交換800円～

つつじの郷やいた共通券専用券 ご利用ください