

がんを抱える患者さんや
ご家族のための

お役立ち 便利帳

暮らしとお金編



はじめに

がんと診断されたとき、治療がはじまったとき、患者さんやご家族は、病気や治療のことだけでなく『これまでと同じように暮らすことができるのか』『お金がどのくらいかかるか』などといった不安を抱くようになることがあります。病気になると検査・治療・薬にかかる費用、病院に通うための交通費など、これまでは支払うことのなかったお金を負担することになります。治療を受けながら安心して過ごすためには『お金の状況を整理して家計を見直す』『家族と今後の生活設計について話し合う』『治療と仕事を両立できるよう職場と相談する』など、改めて暮らしとお金のことを考え、場合によっては周りの人とも相談する必要があるかもしれません。

本冊子では、がんの治療が暮らしとお金に与える影響や、これからの暮らしを考えるためのポイントをまとめています。がんを抱える患者さんやご家族が安心して治療に向き合うためのヒントになれば幸いです。

1 がんになると暮らしはどうなる？ … 04

がんと上手くつき合いながら暮らす … 05

治療が暮らしに与える影響を知る … 06

暮らしのこと／仕事のこと／学校生活のこと

2 知っておいてほしいお金のこと … 08

収入にはどんな変化が起きるのか … 09

どんなことにお金がかかるのか … 10

医療費の仕組みと健康保険 … 11

医療費の自己負担割合はどのくらいか … 12

医療費が高額になったとき〔高額療養費制度〕 … 13

高額な医療費の支払いが続いたとき〔多数該当〕

同じ世帯の家族の医療費が高額になったとき〔世帯合算〕

高額療養費制度に上乗せした健康保険独自の給付〔付加給付〕

収支を整理してみましょう … 14

3 活用できそうな制度があるかを確認してみましょう … 20

医療費にかかわるもの … 21

収入にかかわるもの … 22

そのほか、暮らしにかかわるもの … 23

4 困ったときや心配なときの相談は … 24

がん相談支援センター … 25

国立国際医療研究センター病院は厚生労働省から地域がん診療連携拠点病院に指定されています。がん診療連携拠点病院は、一定の基準を満たし、専門的ながん医療の提供、がん患者への相談支援や情報提供、地域の医療機関などとの連携を行う役割を担っています。



がんになると暮らしはどうなる？

がんの治療が始まると、患者さんやご家族の暮らしはどのように変化するでしょうか。『がん』といっても、がんの部位や性質の違いによって、現れる症状、治療の内容や期間はもちろんのこと、必要になる費用も異なります。治療を受けながら安心して暮らすことができるよう、自分の病気や症状、治療の内容を知り、これからの暮らしがどのように変化するかを考えてみましょう。



04

がんになると暮らしはどうなる？

がんと上手につき合いながら暮らす

がんと上手につき合いながら暮らすために、まずは自分の病気や症状、治療の内容を知ることが大切です。病気や治療による体調の変化、検査・治療にかかる時間とお金のことは、患者さんだけではなくご家族の暮らしにも影響します。がんの治療方法には、手術や薬物療法、放射線治療、緩和ケアなどがあり、それらは組み合わせて行われることもあります。体調の変化には、病気による症状だけでなく治療による副作用や、合併症などもあります。検査や治療の方法によっては入院や定期的な通院が必要になり、必要な時間や期間、費用が異なります。

自分らしく過ごしながら治療を続けられるよう、現れる症状などをふまえて今後の暮らしについて考えてみましょう。



05

気持ちが落ち着いているときに考えることが大切です

がんと診断されたときや、病気や治療により体調が優れないときには、気持ちが揺れ動き、落ち込むこともあります。そのようなときには、暮らしやお金のことをゆっくり考えたり、誰かに相談したりすることが難しいかもしれません。気持ちが落ち着いているときに考えることを心がけてみましょう。



がんになると暮らしはどうなる？

治療が暮らしに与える影響を知る

がんの治療が暮らしに与える影響にはどのようなものがあるでしょうか。まずは自分の病気や治療について確認してみましょう。

- ・ 診断名、がんのある場所
- ・ どのような検査や治療をする予定か
(たとえば)入院で検査をする
手術でがんを取り除いたあとに薬物療法をする
- ・ 治療のスケジュールや期間はどれくらいか
(たとえば)外来で週1回の薬物療法をしたあと、
手術のために1週間入院し、
退院後は外来で1ヶ月に1回の経過観察をする
- ・ 入院が必要になるかどうか。入院はいつ、どのくらいの期間になるのか
- ・ 治療中や治療後に起こりうる症状(体調変化・副作用など)とその対処方法について
- ・ 通院の頻度がどのくらいになるのか
1回の通院時間がどのくらいかかるのか
- ・ 食事や運動などの生活上の制限はあるのか
仕事や学校生活への影響があるのか

など

これらのことが患者さんとご家族の暮らしにどう影響するかを想像してみると、心づもりや準備しておかないといけないことが見えてきます。



暮らしのこと

病気の症状や治療による体調の変化により、家事や外出や趣味のことなど、いつも当たり前に行っていることが思うようにできなくなることがあります。家事や育児、介護などの役割を担っていると、その役割を代わってもらえる人がいると安心できます。あらかじめ家族や周りの人に相談しておきましょう。

仕事のこと

入院や定期的な通院が必要になると、仕事が続けられなくなるのではないかと不安になることがあります。慌てて仕事を辞める前に、治療と上手く両立させていく方法を考えてみましょう。仕事を休んだり、働き方を変えたりするときには、一緒に働く人たちの協力が必要になることがあるので、早めに相談することをおすすめします。仕事をこれまでと同じように続けることができず収入が減ってしまうときには、家計の見直しが必要になります。

学校生活のこと

学校での学習やさまざまな経験は、子どもの成長や発達、今後の人生にも影響を与える大切な機会です。治療のために学校を休むことになったときには、友人関係、学習の遅れ、復学、進級などのことで不安な気持ちになるかもしれません。普段の授業だけでなく、行事や部活動に参加するときには、学校の先生や友だちにも病気について理解してもらうほうが良いときもあります。通学方法や登下校の時間、欠席などの配慮が必要な場合には主治医や学校の先生などと相談してみましょう。

2

知っておいてほしいお金のこと

病気による支出の増加や収入の減少は、患者さんやご家族の暮らしに影響します。支出や収入は、年齢、職業、家族構成などによって異なり、家計への負担のかかり方も人それぞれです。また、治療の予定がわからなかったり、途中で方針が変わったりすることで予定よりも負担が大きくなる可能性を想定して備えておくことも大切です。あらかじめ必要になるお金のことを知り、家計の整理や見直しをしながら暮らしへの影響について考えておきましょう。



知っておいてほしいお金のこと

収入にはどんな変化が起きるのか

病気や治療のために仕事を休む場合には、収入が減ってしまうこともあります。仕事を休むときには『有給休暇に加えて病気休暇があるのか』『休暇が何日あるのか』『他に利用できる社内制度はあるのか』などを、就業規則や職場の上司などへ確認しながら、収入にどんな変化が起きるのかを考える必要があります。民間の保険に加入している場合には、給付が受けられる場合があります。ご自身が加入している保険の契約内容を確認してみましょう。



知っておいてほしいお金のこと

どんなことにお金がかかるのか

病気になると、今までの生活費に医療費などの支出が加わります。医療費には、健康保険（公的医療保険）が適用されるものと、適用されないものがあります。

健康保険の対象になるもの

- 診察
- 検査
- 点滴、注射
- 手術、薬物療法、放射線治療
- 薬
- 入院中の食費の一部
- 看護、リハビリテーション

一部、健康保険の対象にならないものもあります。

健康保険の対象にならないもの

- 日用品
（病衣やおむつ、タオル、歯ブラシなど）
- 差額ベッド代
- 診断書料
- ウィッグ、人工乳房、補整下着
- 交通費や宿泊代
- 保険が適用されない治療

など

おむつ費用の助成

日常におむつが必要な方に、購入費用の助成やおむつ（現物）が給付される自治体があります。助成の有無、内容や利用の条件は自治体により異なります。

アピアランスケアに関する助成

がんの治療を受けると、脱毛や皮膚症状など外見や容姿に変化が起きることがあります。外見の変化に対する悩みや苦痛を軽減するケアのことをアピアランスケアといいます。自治体によってはウィッグや人工乳房、補整下着などの購入やレンタルにかかる費用を助成する制度があります。保管や手入れ用品にかかる費用は対象外です。

知っておいてほしいお金のこと

医療費の仕組みと健康保険

健康保険はすべての国民が加入することになっています。年齢や職業によって加入する健康保険の種類や給付の内容が異なります。医療費の1ヶ月あたりの自己負担額は所得により上限額が定められています（高額療養費制度、P13参照）。加入している健康保険の種類、自己負担の上限額を確認しておくことで、医療費の支払いの見通しが立てやすくなります。



健康保険の種類	対象者
国民健康保険	自営業や仕事をしていない方とその被扶養者
国民健康保険組合	同種同業の自営業者やその従業員の方とその被扶養者
全国健康保険協会／ 組合管掌健康保険	会社などに勤めている方とその扶養者
船員保険	船舶で就業している船員の方とその被扶養者
共済組合	国家公務員、地方公務員、私立学校教職員の方とその被扶養者
後期高齢者医療制度	75歳以上の方、一定の障害を有する65歳以上の方とその被扶養者

知っておいてほしいお金のこと

医療費の自己負担割合はどのくらいか

医療費の自己負担割合は、年齢や所得によって異なります。小学校就学前の子どもは2割、小学校就学後～69歳は3割、70歳以上は1～3割負担となります。

小学校就学前	小学校就学後～69歳	70歳以上	
2割	3割	現役並所得者	一般
		3割	2割または1割



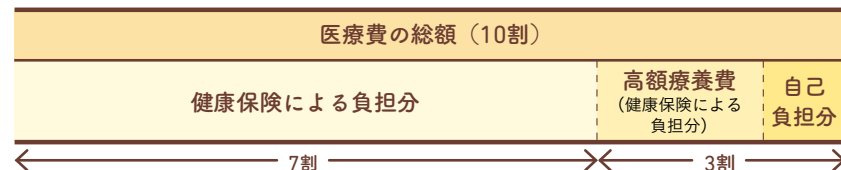
子どもの医療費

子ども（0～18歳）の医療費の、自己負担額の全部または一部を助成する制度があります。制度の名称や対象年齢、入院・外来の自己負担額、所得制限の有無は自治体により異なります。

知っておいてほしいお金のこと

医療費が高額になったとき

例）小学校就学後～69歳以下の方



〔高額療養費制度〕

1ヶ月間（同じ月内）に支払った医療費が自己負担の上限額を超えた場合に、超えた分の額の払い戻しを受けることができます。自己負担の上限額は、年齢や所得に応じた区分が決められています。医療機関等の窓口でマイナ保険証を提示する際に「限度額情報の表示」に同意することで高額療養費制度の自己負担の上限額を確認することができます。医療費は、入院と外来、医科と歯科がそれぞれ別計算となります。

高額な医療費の支払いが続いたとき

〔多数該当〕

過去1年間に、同じ世帯（同じ健康保険に加入）のなかで、支払った医療費が自己負担の上限額を超えた月が3回あった場合、4回目以降から自己負担の上限額が引き下げられます。ただし、70歳以上の住民税非課税世帯の方には適用されません。

同じ世帯の家族の医療費が高額になったとき

〔世帯合算〕

同じ月のなかで、同じ世帯（同じ健康保険に加入）の家族が支払った医療費のうち、一定の額を超えた医療費を合算し、自己負担の上限額を超えた分が高額療養費として払い戻されます。

高額療養費制度に上乗せした健康保険独自の給付

〔付加給付〕

組合管掌健康保険や共済組合などの中には、高額療養費制度による自己負担限度額から、さらに自己負担を抑えることができる健康保険独自の給付があります。すべての健康保険にある給付ではないので、確認が必要です。

知っておいてほしいお金のこと

収支を整理してみましよう

治療などによって増える支出がどのくらいになるのかを知るだけでなく、日頃の支出にはどのようなものがあるのかを整理し、家計を見直す必要があるか、活用できる制度があるかを確認することが大切です。収支の変化は患者さんだけでなくご家族の暮らしにも関わるため、ご家族と一緒に相談しながら整理や見直しをすることをおすすめします。これから紹介する例を参考に、患者さんやご家族の収支について整理を試みてください。

14



15

国立花子さん 33歳・女性

夫(会社員)と2人暮らし
パートタイム



花子さんはがんと診断され、入院して手術を受け、その後は通院しながら薬物療法を続けています。健康保険は、夫が加入している健康保険です(被扶養者)。治療が始まってからの家計の変化を見えます。

2月は入院して仕事を休んだため、仕事による収入がありませんでしたが、契約していた生命保険から給付金を受け取ることができました。家族の収入は大きく変化することはありませんでした。支出では治療にかかるお金に加え、入院中の食事代や病衣のレンタル代、日用品費、

診断書料などがかり、収入だけで賄うことはできませんでした。

3月からは仕事を再開しましたが通院が必要だったことや、体力にも自信がなかったため職場と相談し出勤日数を減らしました。体調がすぐれないときには料理ができなくて外食をしたり、近所のコンビニエンスストアを利用したりする機会が増えたこと、手術後や薬物療法による疲れやすさなどから、通院のときにはタクシーを利用したことで生活費と交通費の支出が増えました。

治療開始

治療の状況	治療開始			
	診断前	手術・薬物療法(入院)	薬物療法(外来)	
	1月	2月	3月	
収入	仕事による収入	8万円	0円	4万円
	制度による収入			出勤日を減らして給与が減った
	保険の給付金		7万円	
入	家族の収入	25万円	25万円	25万円
	計	33万円	32万円	29万円

	治療開始			
	1月	2月	3月	
支出	医療費	入院中の食事代、病衣のレンタル代、日用品費、診断書料 保険適用: 9万円 保険適用外: 7万円	9万円	
	家賃	12万円	12万円	12万円
	生活費	10万円	8万円	13万円
	光熱費	2万円	2万円	2万円
	保険料	5,000円	5,000円	5,000円
	交通費			1万2,000円
計	24万5,000円	38万5,000円	37万7,000円	

収入-支出	1月	2月	3月
収入-支出	8万5,000円	-6万5,000円	-8万7,000円

花子さんは、病気や治療による体調の変化、疲れやすさなどがあり、家事や外出などが思うようにできない日がありました。仕事の日数を減らしたことで、収入が減少しています。治療の予定を確認し、今まで通りに仕事を続けられそうか、収入にどのような影響があるかをふまえて、今後の家計のことを考えることが大切です。

例2

国際太郎さん 55歳・男性

妻（パートタイム）と
娘2人（小学6年生、高校1年生）との4人暮らし
正社員



太郎さんはがんと診断され、入院して手術を受け、その後は薬物療法と放射線治療のために通院をしていました。今後は経過観察のために1ヶ月に1回程度の受診を続ける予定です。治療が始まってからの家計の変化を見てみます。

2月は入院のために仕事を休む必要があり、有給休暇と社内制度の病気休暇を利用しました。入院時には契約していた生命保険の給付金を受け取ることができました。支出では治療にかかるお金に加え、入院中の食事代や病衣のレンタル代、日用品費、おむつ代、診断書料などがかかりましたが、制度の利用と保険の給付に

より収入が減ることはありませんでした。3月と4月は治療のために仕事を休む必要がありましたが、傷病手当金（P22参照）を受給したことで給与の一部が保障されました。妻は娘の中学受験に向けた塾への送迎をするため、4月から勤務時間を減らしたことで家族の収入が減少しました。支出は、外来での医療費と通院のための交通費がかかりました。5月からは仕事を再開したので収入は病気になる前と変わりませんが、外来の医療費や交通費の支出はこれから先も必要です。また、娘の教育費の支出も継続して必要になります。

治療開始

治療の状況	治療開始				
	診断前	検査・手術 (入院)	薬物療法 (外来)	放射線療法 (外来)	経過観察 (外来)
	1月	2月	3月	4月	5月
収入	仕事による収入	35万円		傷病手当金	35万円
	制度による収入	有給休暇と病気休暇	28万円	20万円	20万円
	保険の給付金		30万円		パートの勤務時間を減らした
入	家族の収入	5万円	5万円	5万円	3万円
	計	40万円	63万円	25万円	23万円

	治療開始					
	1月	2月	3月	4月	5月	
支出	医療費	入院中の食事代、病衣のレンタル代、日用品費、おむつ代、診断書料	保険適用：9万円 保険適用外：7万円	9万円	9万円	1万円
	生活費	15万円	15万円	15万円	15万円	15万円
	光熱費	4万円	4万円	4万円	4万円	4万円
	教育費	娘たちの塾代や習い事代	5万円	5万円	8万円	8万円
	住宅ローン	12万円	12万円	12万円	12万円	12万円
	保険料	2万円	2万円	2万円	2万円	2万円
	交通費				5,000円	1,000円
	計	38万円	54万円	47万円	50万 5,000円	42万 1,000円

収入-支出	2万円	9万円	-22万円	-27万 5,000円	-4万 1,000円
-------	-----	-----	-------	----------------	---------------

太郎さんは、収入の変化や子どもの成長による支出の増加が家計に影響を与えました。今後は住宅ローンの返済スケジュールの見直しや、子どもの教育費の捻出についても工夫が必要かもしれません。患者さんだけでなく家族全体で、長い目で家計を考えていくことが大切です。

3

活用できそうな 制度があるかを 確認して みましょう

制度を活用することによって、暮らしやお金に関連した不安・心配が軽減できる場合があります。制度には、年齢や所得、からだの状態や障害の程度などのさまざまな利用条件が定められているため、すべての人が利用できるものではありません。まずはどのような制度があるのか、自分が利用できる条件に該当しそうかどうかを確認しましょう。複数の制度を組み合わせることで活用できることもあります。



活用できそうな制度があるかを確認してみましょう

医療費にかかわるもの

高額療養費制度

申請窓口：健康保険の保険者

1ヶ月間（同じ月内）に支払った医療費が自己負担の上限額を超えた場合に、超えた分の額の払い戻しを受けることができる制度です。マイナ保険証や限度額適用認定証等で1ヶ月あたりの自己負担限度額を病院等に提示することで、窓口で支払う金額を自己負担の上限額にとどめることができます。

身体障害者手帳による 手当や医療費の助成

申請窓口：区市町村の障害福祉課

身体障害者手帳は、身体の機能に一定以上の障害があると認められた方に対して交付される手帳です。手帳を取得すると、医療費助成や各種手当、税金の控除、公共交通機関などの運賃の割引、自立生活に必要なサービス、日常生活用具の給付や貸与を利用できることがあります。利用できる制度の種類や助成の内容は自治体によって異なり、障害の種類や等級、年齢、所得による制限などの利用条件があります。医療費助成では、重度の等級の障害者手帳を取得した場合に、健康保険が適用された自己負担分の一部もしくは全額が助成されます。

※障害者手帳には、他に療育手帳や精神障害者保健福祉手帳があります

税金の医療費控除

申請窓口：税務署

1年間（1月1日～12月31日）に『10万円』または『総所得金額の5%』のいずれか少ない方を超える医療費を支払った場合に、申告の手続きをすることで所得控除を受けることができます。入院や手術など高額な医療費のほかに、治療や療養にかかったさまざまな費用が医療費控除の対象になります。

民間の保険

申請窓口：各保険会社

生命保険、個人年金保険、学資保険などがあります。保障内容や給付の条件は、保険会社との契約内容によって異なります。



活用できそうな制度があるかを確認してみましょう

収入にかかわるもの



傷病手当金

申請窓口：健康保険の保険者

健康保険の被保険者の方が、病気やケガによる療養のために欠勤し、会社から十分な給与を受け取ることができないときに1年6ヶ月を限度に支給される手当です。条件を満たせば退職後も受給を継続できます。この制度は区市町村が運営する国民健康保険には原則ありません。

雇用保険の基本手当(失業給付)

申請窓口：ハローワーク

雇用保険の被保険者になっている方が、失業したときに一定の条件を満たした場合に受け取ることができます。離職日以前の2年間に通算して12ヶ月以上加入しており、かつ就労の意思があつて求職活動を行っていることなどが条件になります。病気やケガなどにより就労が難しい場合には対象になりません。病気やケガなどが原因で就労が難しいときは、給付の開始時期を一定期間延長することができます(受給期間延長の申請)。

障害年金

申請窓口：区市町村の国民年金課・年金事務所・街角の年金相談センター

病気やケガによって生活や仕事などが制限される状態にある方が、一定の要件を満たしている場合に受け取ることができる公的年金制度です。障害の原因となった病気やケガの初診日に加入していた年金が国民年金の場合は『障害基礎年金』厚生年金の場合は『障害厚生年金』となります。

老齢年金

申請窓口：年金事務所・街角の年金相談センター

原則として65歳から受け取ることができる公的年金制度で『老齢基礎年金』と『老齢厚生年金』があります。希望により60歳から65歳になるまでの間に繰り上げて受給することができますが、繰り上げ受給の請求をした時点に応じて年金が減額されます。減額率はその後も変わらないため注意が必要です。

活用できそうな制度があるかを確認してみましょう

そのほか、暮らしにかかわるもの



生活福祉資金貸付制度

申請窓口：社会福祉協議会

低所得、高齢、障害などにより、生活に困窮している世帯に対し都道府県の社会福祉協議会から資金の貸付と必要な相談・支援が受けられる制度です。失業や減収、病気の療養、就学など目的別に資金の種類があり、利用の条件や金額が決められています。

生活保護制度

申請窓口：福祉事務所

生活に困窮する世帯が、その困窮の程度に応じて必要な保護を受け、健康で文化的な最低限度の生活の保障と自立を助長するための制度です。生活保護は世帯単位で行われ、世帯員全員が、その利用し得る資産、能力その他あらゆるものを、その最低限度の生活の維持のために活用することが前提となり、その基準は生活保護法により定められています。

国民健康保険・国民年金の保険料の減免

申請窓口：国民健康保険・年金の担当課

病気や失業、災害、事業の倒産などの事情によって、預貯金などを活用しても経済的に保険料の支払いが困難な状況にある場合に、保険料の減額・免除、一時猶予を受けられる場合があります。対象となる保険料は納付期限が過ぎていないものに限られます。



4

困ったときや 心配なときの 相談は

病気の治療を受けながら暮らしていると『医療費の支払いを続けていけるのだろうか』『これからの生活がどうなっていくのだろうか』などの悩みや不安が出てくることがあります。今は困っていることがなくても、困ったときに相談ができる窓口をあらかじめ知っておくことは大切です。どこに相談をしたらよいかわからないときには、がん相談支援センターにお声がけください。



困ったときや心配なときの相談は がん相談支援センター

がん診療連携拠点病院に設置されている相談窓口です。がんに関わる心配ごと、困っていることについて、さまざまな相談ができます。

たとえばこんなとき

- ・がんの治療について不安なことがある
- ・緩和ケアとはどのようなものだろうか
- ・セカンドオピニオンについて知りたい
- ・これからの暮らしのことが心配
- ・治療と仕事をどのように両立したらいいだろうか
- ・医療費や生活費のことが心配



当院では“お金と仕事の相談会”を 開催しています

社会保険労務士・ファイナンシャルプランナーがお金や仕事の相談に応じています。がんと診断された時や、治療を継続していくなかで、お金や仕事のことへの不安や悩みが生じることもあります。そのようなときに、ひとりで悩まずに専門家と一緒に考えてみませんか？相談には予約が必要になりますので、当院のがん相談支援センターにお問い合わせください。



このような冊子もあります



がんを抱える
患者さん・ご家族のための
サポートハンドブック



がんと言われたときに
読むと役立つ
ハンドブック

がんを抱える
患者さんや
ご家族のための
お役立ち
便利帳
緩和ケア編



がんを抱える
患者さんや
ご家族のための
お役立ち
便利帳
在宅療養編



がんを抱える
患者さんや
ご家族のための
お役立ち
便利帳
制度・
サービス編



がんを抱える
患者さんや
ご家族のための
お役立ち
便利帳
がん
薬物療法編



冊子をご希望の方は、がん相談支援センターへ声をかけてください。



本冊子でご紹介した内容について、詳しいことは
当院のがん相談支援センターへお問い合わせください。

〈本冊子のお問い合わせ先〉

国立研究開発法人 国立国際医療研究センター病院
がん相談支援センター

〒162-8655 東京都新宿区戸山1-21-1

Tel 03-3202-7181 (内線2081)



発行・編集

国立研究開発法人 国立国際医療研究センター病院
がん相談支援センター
2025年3月1日 第1版 発行

イラスト Takayo Akiyama

デザイン 株式会社細山田デザイン事務所

