

いつもの暮らしに、がん検診を

大切なあなたと家族のために検診を受けましょう

問合せ：健康づくり推進課成人保健係 ☎757-9764

市民の死亡原因の第1位はがんです。がんは早期に発見し、治療を行うことが大切ですので、定期的ながん検診を受診しましょう。今号では、がんの中でも女性がかりやすい「乳がん検診」について詳しくお知らせします。

乳がん検診を受けましょう

乳がんは早期に発見し、すぐに治療すれば治りやすいがんです。早期発見のために、40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受けましょう。

精密検査は必ず受けましょう

乳がん検診は、問診とマンモグラフィ撮影を行います。検診の結果、精密検査が必要と診断された人は、詳細な病状を知るために、医療機関で精密検査を受けましょう。

コロナ禍でも必要な検診を

検診を控えると、がんの発見が遅れるなど重症化のリスクが高まります。会場では、新型コロナウイルス感染症対策として、入口での体調確認や手指消毒、会場の換気などの対策を行っています。検診日に体調や都

乳がん経験者からのメッセージ

「まさか自分が…」という事態は誰にでも当てはまります。手遅れになってから後悔しないために「もしかしたら」という気持ちを持って、自分だけでなく家族や大切な人のためにも検診を受けましょう。

(40代・女性)

親友が乳がんになり、検診を強く勧められて受診したところ、私も乳がんが見つかりました。受診するきっかけをくれた親友に感謝しています。どんな病気も早期発見・早期治療が大切です。

(50代・女性)

2人に1人ががんになる時代。早期発見であれば、体や心への負担も軽度で済みます。大切な体を守るために、1人でも多くの人に検診を受けてほしいです。

(60代・女性)

月に1回、日にちを決めて習慣づけましょう！

チェック1 両手を頭の後ろで組み色や形をよく見てみましょう



「くぼみ・ふくらみ」「ただれ・変色」「ひきつれ」はありますか？

チェック2 乳房やワキの下を4本の指で「の」の字を書くように触りましょう



「しこり」はありますか？

ワキの下もよくチェック！

チェック3 乳頭を軽くつまんで分泌物が出ないか調べましょう



「血が混じったような分泌物」はありますか？

チェック4 仰向けに寝て乳房を触ってチェックしましょう



「しこり」はありますか？

(出典：認定NPO法人J.POSH)