

約5人に1人が乳がん。

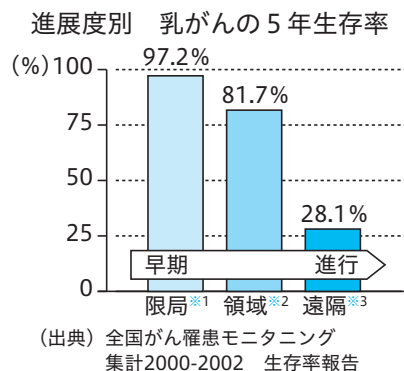
県がん実態調査報告（平成27年）によると、本市では、女性の約5人に1人は乳がんにかかり、女性がかかるがんの中で最も多くなっています。また、乳がんが一番かかる年代は40代です。あなたとあなたの大切な人のためにも、乳がん検診を受けましょう。

ページ番号
1004416

健康増進課 ☎(626)1129

01 乳がんを知る

■ 早期に発見すればほぼ治ります 乳がんが見つかったとしても、早期に治療すれば、より高い確率で治すことができます。さらに、乳房を温存しながら、わずかの切除手術でがんを取り除くことも可能です。乳がんの早期発見の秘訣は、乳がん検診を定期的に行うことです。今年5月から40歳以上の人には、乳房超音波検査（※4）とマンモグラフィ検査（※5）の併用検診を実施しています。2年に1回の乳がん検診と毎月のセルフチェックを行い、早期に乳がんを発見しましょう。

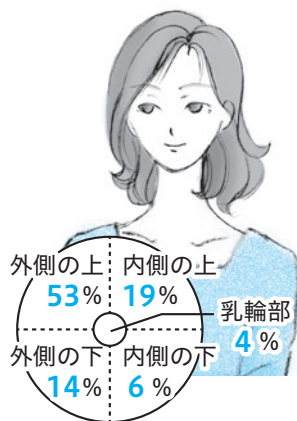


02 セルフチェックをする

乳がんは見たり触れたりして発見できる唯一のがんです。毎月、生理が終わって4・5日後くらいに、また、閉経後は日にちを決めて、セルフチェックを行いましょ。習慣的に自分の乳房の状態を覚えておき、何か変わったら、迷わず専門医の診察を受けましょ。

- 1 鏡の前で腕を上げ下げして、引きつりなどの異常がないかを目でチェック。
- 2 仰向けに寝て、指でつまむのではなく4本の指をそろえ、指の腹で軽く圧迫するようにして、しこり（硬い部分）がないかどうか、まんべんなく触れます。
- 3 最後に乳首をつまみ、分泌物がないかチェック。

乳がんのできやすいところ



(出典) 東北学院病院データ (平成23～26年)

03 乳がん検診を受ける

40歳以上の乳がん検診

検査項目	問診・乳房超音波検査（※4）・マンモグラフィ検査（※5）
受診方法	集団健診
検査間隔	2年に1回
検診料金	併用 マンモグラフィ検査 800円 乳房超音波検査 540円

※ただし、30代の女性は個別健診で視触診のみ（660円）。毎年受診できます。指定医療機関については「健康づくりのしおり」（市HPでも閲覧可）をご確認ください。

予約方法

市集団健診予約センター
☎(611)1311

電話
▽受付日時
月～金曜日（祝休日・年末年始を除く）
午前8時30分～午後5時15分

インターネット

パソコン・スマートフォンから、
集団健診予約システムHPへ。
※健診日程については、
19ページをご覧ください。



受診券を紛失してしまった場合は、健康増進課
☎(626)1129へお問い合わせください。

※1 原発臓器に限局している。※2 所属リンパ節転移（原発臓器の所属リンパ節への転移を伴うが、隣接臓器への浸潤なし）または隣接臓器浸潤（隣接する臓器に直接浸潤しているが、遠隔転移なし）。※3 遠隔臓器、遠隔リンパ節などに転移・浸潤あり。※4 超音波を使って乳房の病変を検査する方法です。針を刺したり、放射線や薬は使いません。※5 乳房をプラスチックの板で挟んで平たくし、乳房専用のX線装置で乳房全体を撮影します。