

約9人に1人が乳がん。

乳がんは、女性が一生のうちで1番かかりやすいがんです。がんは、早期に発見すれば、ほぼ治ります。

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。

健康増進課 ☎(626)1129

ID 1004416

今日から始める 乳がん対策

ステップ
STEP

1 乳がんを知る

乳がんは女性が一生のうちで1番かかりやすいがんであり、40～50歳代女性のがんによる死亡原因の中で、最も多くなっています※2。日本では年間約1万4,000人以上の女性が、乳がんで亡くなっています。

しかし、乳がんは早期発見して治療すれば9割以上が治癒します※3。正しい知識を持って、専門の先生と一緒に定期的にチェックしていくことが大切です。

あなたとあなたの大切な人のためにも、乳がん検診は2年に1度必ず受診しようね!



STEP

3 乳がん検診を受ける ID 1004397

- ▼対象 40歳以上の女性。
 - ▼受診方法 集団健診。
 - ▼受診間隔 2年に1回。
 - ▼検診料金 1,360円。
 - ▼検診の内容 次の2つの検査を併用します。
- ①マンモグラフィ検査
乳房専用のX線装置で乳房全体を撮影します。
 - ②乳房超音波検査
超音波を使って乳房の病変を検査します。
- ▼その他 30歳代の女性は個別健診で視触診のみ(670円)の受診となります。
指定医療機関について、詳しくは、健康づくりのしおり・市☎をご確認ください。

※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。

※検診で精密検査が必要となった場合には、必ず精密検査を受けるようにしてください。

なお、気になる症状がある場合には、速やかに医療機関を受診しましょう。

STEP

2 セルフチェックをする

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う。習慣的に自分の乳房の状態を覚えておき、しこりがあるなど何か違和感があつたら、迷わず専門医の診察を受けましょう。

- 1 鏡の前で腕を上げ下げして、引きつりなどがなければ目でチェック。
- 2 仰向けに寝て、4本の指をそろえて指の腹でまんべんなく触れ、しこりがないかチェック。
- 3 乳首をつまみ、分泌物がないかチェック。



検診を予約しよう

特定健診・その他のがん検診などを同時に予約できます。期日や会場など、詳しくは、21ページをご覧ください。

1 電話申込

市集団健診予約センター
☎(611)1311

▼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。

予約しやすくリニューアル!
翌年3月まで予約できます

2 インターネット申込 (24時間予約可能)

▼スマートフォン 市集団健診予約システムにアクセス。

▼パソコン 市☎のトップページ画面左側オンラインサービス内の集団健診予約システムを選択してください。



▲市集団健診予約システム URL

URL <https://www.mrso.jp/gov/tochigi/utsunomiya/index/>

※1 出典 国立がん研究センター がん登録・統計 がんに罹患する確率 累積罹患リスク (2017年全国推計値データ)。

※2 出典 国立がん研究センター がん登録・統計 どの部位のがん死亡が多いか 年齢による変化。

※3 ここでいう「治る(=治癒)」とは、診断時からの5年相対生存率です。相対生存率は、がん以外の原因で亡くなる人の影響を除いた数値です。