

## 乳がん 月1回のセルフチェックと定期検診を忘れずに

乳がんとは、「乳腺」にできるがんです。日本人女性の約12人に1人が生涯で乳がんにかかる危険性があると言われています。さらに、乳がんで亡くなる女性は、年間12,000人であり、そのうち25%が40～50歳代と言われています。

乳がんは、小さいうちに見つけると治る可能性の高い病気です。適切な治療を受けた場合、90%は治ります。

### ✔ こんな人は要注意！

- 【遺伝】母親や姉妹に乳がんになった人がいる
- 【出産】出産歴がない、初産年齢が遅い、授乳歴がない
- 【月経】初経年齢が早い、閉経年齢が遅い



## 予防のポイント

### ◆20歳から 月に1度のセルフチェック

入浴中、身体を洗うときに石けんのついた手で、乳房の表面をうずまきを描くようにさわって、しこりがないか確認してください。

### ◆40歳から 定期的に乳がん検診

月に1度のセルフチェックで異常を感じない方でも、定期的にマンモグラフィーの検診を受けてください。手で触れられない深部にあるがん組織や、1cmに満たない小さながんを見つけることができます。



### Q.乳房のしこりは、全てがんになるの？

**A.乳房のしこり=乳がんとは限りません。**  
乳がんは、1～2cm程度の大きさになると、自分でもしこりとして触れることができます。乳房のしこりは、乳腺症などがん以外の場合もあります。乳がんのしこりは痛みがなく、硬いなどの特徴があります。心配な場合は医師に相談しましょう。

2年に1度検診料金を助成  
町では偶数の年齢を迎える年度に検診料金を助成しています。国の調査により、2年に1回の受診でも、毎年受診した場合とほぼ同様の有効性が示されているからです。毎年受けている方は、2年に1度ご利用ください。

## 子宮がん 早期発見・早期治療で治癒する確率は90%以上

子宮がんは、子宮の入り口付近の上皮にできる「子宮頸がん」と、子宮内の内膜にできる「子宮体部がん」の2種類があり、それぞれ性質が異なります。子宮がんと診断されたうち、子宮頸がんが約80～90%を占めると言われています。

### ✔ こんな人は要注意！

- |  |  |
|--|--|
| <b>子宮頸がん</b>                             | <b>子宮体部がん</b>                              |
| <input type="checkbox"/> 【年齢】20～30歳代     | <input type="checkbox"/> 【年齢】閉経後の50～60歳代女性 |
| <input type="checkbox"/> 【生活】喫煙者         | <input type="checkbox"/> 【生活】肥満・高血圧・糖尿病    |
| <input type="checkbox"/> 【出産】妊娠・出産回数が多い人 | <input type="checkbox"/> 【出産】妊娠・出産の経験がない人  |

## 予防のポイント

### ◆20歳から子宮頸がん検診を受けましょう

子宮頸がんはHPV(ヒトパピローマウイルス)の感染が関連しています。HPVは約80%の女性が生涯のうち一度は感染するありふれたウイルスですが、一部の人で持続感染し病変を起こした一部から、がんになります。症状は現れにくいのですが、子宮頸がん検診ではがんになる前の病変や、ごく初期のがんを発見することができます。町では、年度内に偶数年齢を迎える方に子宮頸がん検診料金を助成しています。



### Q.もし、がんが発見された場合は、もう子どもを産めないの？

**A.早く見つけることによって、妊娠や出産も可能なほど簡単な治療で完治することが多いです。**

20～30歳代の女性にとっては、将来や家族計画を考えるうえで、この大切な時期に受けておくとい検診です。

## 女性のスマイル検診受付中！（要予約）

☎保健課健康推進係 ☎54-3811

お住まいの近くに検診バスがきて、1時間程度で子宮がん検診と乳がん検診を行うことができます。

右記の日程でご都合の合わない方は、平成30年3月末までに指定の医療機関で受けることもできます。

※医療機関・料金等は広報4月号の保健ガイド、町ホームページでご確認ください。



### ★スマイル検診のここがおすすめ★

#### 託児もあります

お子様連れの場合は、検査中に託児することも可能です。受付時にお申し出ください。

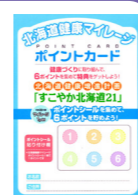
#### 超音波検査も実施

子宮頸がん検診では、子宮内部や卵巣の状況も診れる「超音波検査」もついています。

#### 短時間で受診

予約制のため、1時間程度とスムーズに終わります。早朝検診も実施！

#### 最大4ポイント貯まる



まくべつ健康ポイントラリーに参加していると、残り2ポイント(健康診断等の受診)で、ごみ袋とクリアファイルを差し上げます。

検診名	検査内容	対象者	自己負担金	
子宮頸がん検診	子宮頸部細胞診、超音波検査	20歳以上の偶数年齢の女性 (平成30年3月31日時点)	20歳から68歳	1,500円
			70歳以上	500円
乳がん検診	マンモグラフィ検査	40歳以上の偶数年齢の女性 (平成30年3月31日時点)	40歳から48歳	1,900円
			50歳から68歳	1,600円
			70歳以上	500円

日程	会場	受付時間
9月	札幌内コミュニティプラザ	28日(土) 6時、7時、8時、9時、10時、13時、14時、15時
		29日(日) 7時、8時、9時、10時、13時、14時、15時
		30日(月) 7時、8時、9時、10時、13時、14時、15時
10月	1日(火) 保健福祉センター	7時、8時、9時、10時、13時、14時、15時
	2日(水) 保健福祉センター	7時、8時、9時、10時、13時、14時、15時
	3日(木) 忠類ふれあいセンター福寿	7時、8時、9時、10時、13時