

特集
1

症状がなくても、定期的にがん検診を受けましょう！

「横浜市がん検診ガイド2024」では、がん検診の種類や受診対象者などの情報をわかりやすくまとめています。区役所3階313窓口でも冊子を配布していますので、ご活用ください。

2~3ページでもがん検診や新たながん対策などを紹介しています。併せてご覧ください。



▲横浜市がん検診ガイド



PICK UP!

乳がんを知ろう。

日本では生涯のうち女性の9人に1人がかかる

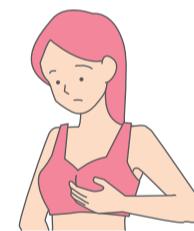
乳がんは、他のがんに比べて若い世代からかかる人が増える特徴があります。^{※1}
 また、男性もかかることがあります。
 乳がんは、自分で気づくことができる可能性のある数少ないがんでもあります。
 日ごろから自分の乳房の状態を知っておくことで早期発見・早期治療につなげることができます。
 ※1 出典：国立研究開発法人国立がん研究センター がん統計

ブレスト・アウェアネスって、知っていますか？

ブレスト・アウェアネスとは、乳房を意識する生活習慣のことです。
 乳がんの早期発見のためには、ブレスト・アウェアネスと定期的な乳がん検診が大切です。

Step 1 自分の乳房の状態を知る

いつもと変わりがないか、見たり、触ったりする習慣をつけましょう。



Step 2 乳房の変化に気をつける



こんな変化があつたら注意です



皮膚が引張られて
不自然な様子



ひきつれ
くぼみ



分泌液
[乳頭]



ただれ
[乳頭や乳輪]

湿疹や水疱が
つぶされたりかさぶたになつたりする様子

Step 3 変化に気づいたら、すぐに医師に相談

変化に気づいたら、検診を待たずに、
すぐに乳腺外科などの乳腺を専門とする
医療機関を受診しましょう。



受診の流れは
「よこはま乳がん」を
ご覧ください

40歳になったら、2年に1回、乳がん検診を受診しましょう

国民健康保険の人、加入している健康保険組合で受診ができない人は、横浜市のがん検診で受診できます。

自分のからだに向き合う時間が、あなたの命を守ることにつながります