

だから行こう♡乳がん検診

乳がんは女性なら誰もがかかる可能性が高いがんです。しかし、早期発見・治療が出来れば9割の方が助かります。

「私は大丈夫」「検査料が高い」「行くのが邪魔くさい」ではなく定期的に検診に行きましょう。

大阪府の乳がん検診率

ワースト No.1

【出典】2013年 国民生活基礎調査
最新(平成28年度)の国民生活基礎調査では43位になっています。

乳がん検診によって得られるもの、それは「自分は健康だ」という“安心”です。各市町村によって受診料が異なりますが、数千円で検査を受けられます。健康を害してしまえば、治療費にもっと多くのお金が必要になります。

検査費用を渋って検診を受けないというのは、とても残念な理由です。痛いと聞いているからイヤ！という方も勇気を出して検診してみましょう。

女性が乳がんにかかる確率

1/11人

【出典】2012年 国立がん研究センター

生涯で女性が乳がんにかかる可能性は2012年の調査結果では11人に1人でしたが、同センターの2016年予測では9人に1人になるとされています。乳がんは女性の壮年層(30～64歳)のがん死亡原因のトップです。日本人で乳がんにかかる率が高くなるのは40代からです。30歳を過ぎたら月1回のセルフチェックを、40歳を過ぎたら毎年の健康診断に加え、最低でも2年に1度の定期検診をお勧めいたします。乳がん検診を受けて安心を手に入れましょう！

早期発見で助かる確率

90%

【出典】2016年 国立がん研究センター

しこりの大きさが2cm以内のステージ1であれば10年相対生存率は93.5%

乳がんは早く見つけるほど生存率が高くなります。しこりの大きさが2cm以内のステージ1であれば10年相対生存率は93.5%。早く見つければ治療方法もいろいろ選べるし、乳房を残せる可能性も高まります。乳がんの状態が悪くなればなるほど治療も辛いものになり、治療後の生活のクオリティーも悪くなっていきます。誰でも乳がんになる可能性があることを自覚し、早期発見早期治療で、命を守りましょう！

休日受診できる日

10/15日

まずは病院へ、お電話にてお問い合わせください。

全国の医療機関と認定NPO法人J.POSHが協力して毎年10月第3日曜日に乳がん検診マンモグラフィー検査を受診できる取り組みを推進しています。「仕事が忙しい」「遊びが忙しい」「めんどくさい」と後回しにしないで自分の命を守るためにまず行動、受診のご予約をお願いします。乳がん検診は月経後4～5日経った後に受診することが推奨されています。日曜日に検診できる病院も増えてきていますのでぜひ、この機会に検診のお申込みをお願いします！

ガンゼはピンクリボン活動を通じて、乳がん検診や早期発見の大切さを伝えていきます



主催：ガンゼ(株)
協力：大阪府
認定NPO法人 J.POSH
大阪市男女いきいき財団
(株)ガンゼオフィスサービス
ガンゼスポーツ(株)
なんばウォーク

ガンゼ直営店
乳がん検診
宣言キャンペーン
開催中

レジで宣言! **100円OFF**

10月15日
まで!

GUNZE直営店「cocochi select by GUNZE なんばウォーク店」「Tuché FEEL&BEAUTY ホワイティうめだ店」では、期間中「乳がん検診に“行きました・行きます・勧めます”」のいずれかを宣言したお客様に対しご購入金額(税込み価格)より100円OFFさせていただきます。この期間中にぜひお越しく下さい!

だから行こう♡乳がん検診

毎月
1回

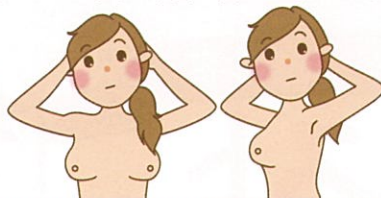
乳がんのセルフチェックを行きましょう！

＊月に一度、生理が終わって4～7日後に行いましょう。＊閉経後は、毎月の診断日を決めて行いましょう。

1
鏡の前で
チェック



両腕の力を抜いて自然な状態の左右の乳房の色や形、乳首の形を覚えましょう。
乳首が陥没したりただれていないかもチェックしましょう。



鏡に映して両腕を上げ、左右の大きさや形の違い、皮膚のくぼみやひきつれがないかを見ます。
正面だけでなく、側面もチェックしましょう！

2
触って
チェック



指の腹を乳房に押し付けるようにしながら、小さく円を描きます。奥の方をさぐるように動かしましょう。
ボディーソープやローションなどをつけると、すべりがよくなります。

「の」の字を書くように動かして

左乳房は左から右へ。右乳房は右から左へ。
片手は頭の後ろに上げて乳房をなぞります。



3
つまんで
チェック



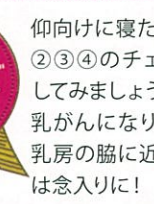
乳首から血液や透明な分泌物がないか、軽くつまんでチェックします。

4
脇の下も
チェック



脇の下の「リンパ腺」にしこりがないか、乳房と同じ要領でチェックします。

5
仰向けで
チェック



仰向けに寝た状態で②③④のチェックをしてみましょう。
乳がんになりやすい乳房の脇に近い上部は念入りに！

少しでも変だと感じたら、すぐに入選外科の専門医の診断を受診ください。

2017年10月15日(日)にマンモグラフィー検査の受診可能な「JMS※プログラム2017賛同医療機関」

※ジャパン・マンモグラフィー・サンデー

市区町村	病院名	住所	お問合せ
大阪市	独立行政法人 地域医療機能推進機構 大阪病院	大阪市福島区福島4-2-78	06-6441-5454(予約センター) 受付時間:月～金14:00～17:00
大阪市	一般財団法人 大阪警察病院	大阪市天王寺区北山町10-31	06-6771-6051
大阪市	社会医療法人 愛仁会 千船病院	大阪市西淀川区福町3-2-39	06-6471-9541
大阪市	医療法人 育和会 育和会記念病院	大阪市生野区巽北3-20-29	06-6758-8000(代表)
大阪市	社会医療法人 大道会 森之宮病院	大阪府大阪市城東区森之宮2丁目1-88	06-6969-0111 受付時間:月～金9:00～16:30
大阪市	すずかけの木クリニック	大阪市阿倍野区松崎町2-3-37 松崎町グリーンハイツ104	050-5305-5407(予約専用)
大阪市	一般財団法人 住友病院	大阪市北区中之島5-3-20	06-6447-3013(10/6 受付締切り) 受付時間:月～金14:00～16:00
大阪市	医療法人 美龍会 はやしレディース肛門泌尿器クリニック	大阪市中央区安堂寺町2丁目6-3 アイズワンIII 2階	06-6770-5514
大阪市	有本乳腺外科クリニック本町	大阪市中央区瓦町3-2-15 瓦町ウサミビル3階	06-6222-0180
大阪市	リボン・ロゼ 田中完児乳腺クリニック	大阪市中央区今橋3-2-17 緒方ビル6F	06-6777-3663
堺市	社会医療法人 清恵会 清恵会病院	堺市堺区南安井町1-1-1	072-223-8199
堺市	社会医療法人 ペガサス 馬場記念病院	堺市西区浜寺船尾東4丁目244	072-265-6006
堺市	特定医療法人 紀陽会 田仲北野田病院	堺市東区北野田707	072-235-1055
岸和田市	乳腺ケア泉州クリニック	岸和田市野田町2-17-11	072-430-0811
吹田市	大阪府済生会 千里病院	吹田市津雲台1-1-6	06-6871-0121
高槻市	大阪医科大学健康科学クリニック	高槻市芥川町1-1-1 JR高槻駅NKビル	072-684-6277
高槻市	りょうクリニック	高槻市川添2-2-21	072-696-3010
守口市	学校法人 関西医科大学 関西医科大学総合医療センター	守口市文園町10-15	0570-022-455
枚方市	市立ひらかた病院	大阪府枚方市禁野本町2-14-1	072-847-2821 受付時間:月～金9:00～16:30
茨木市	医療法人 恒昭会 藍野病院	茨木市高田町11-18	0120-011-489
八尾市	社会医療法人 医真会 医真会八尾総合病院	八尾市沼1-41	072-948-2500
八尾市	八尾市立病院	大阪府八尾市龍華町1-3-1	072-922-0881
寝屋川市	関西医科大学 香里病院	寝屋川市香里本通町8-45	0570-034-500
和泉市	和泉市立病院	和泉市府中町4-10-10	0725-41-1331
羽曳野市	春秋会 城山病院	羽曳野市はびきの2-8-1	072-958-1000(問合せ専用・内線8512) 072-958-1000(予約専用・内線8123)
東大阪市	医療生協 かわち野生活協同組合 東大阪生協病院	東大阪市長瀬町1-7-7	06-6727-3131

受診に関わる詳細は医療機関により異なります。直接医療機関にご確認のうえ受診をお願いします。