



10月はピンクリボン月間です。乳がんは自覚症状がないまま進行するケースが多く、しこりに気づいてから受診した場合、すでに進行していることも珍しくありません。

+ * + 身近な人の健康・乳がんについて考える + * +

◆乳がん検査を受けましょう

- ✓ 30代後半から罹患率が上がります
- ✓ 奥様にも受診をお声かけください

●マンモグラフィー（X線）



40代以上、しこりになる
前の石灰化した小さな
乳がんの発見に強い

●乳房エコー（超音波）



乳腺が発達している
若い女性向き
しこりの発見に強い

◆早期発見が大切

早期発見できれば

- ✓ 5年生存率は95%以上
- ✓ ブレスト・アウェアネス(乳房を意識する生活習慣)

- 1) 自分の乳房の状態を知る（**乳房チェック**）
- 2) 乳房の**変化**に気をつける
- 3) 変化に気づいたら、すぐに**医師に相談**する
- 4) 40歳になったら、**定期的に検診**を受ける



●居住自治体でも受けれます。

対象年齢になると受診券・案内が届きます。
詳細は市区町村HPでご確認ください。



●健保の健診もご活用ください。

	人間ドック	けんぽ共同健診
対象者	30歳以上 被保険者・被扶養者	
自己負担	5,000円	無料

詳細はこちら



ひとりの健康・みんなの健康・みんな大切

<スタンレー電気健康保険組合 保健師 菊池 kiyoe_kikuchi@stanley-electric.com>

