

### ■がんを防ぐための新 12 か条 (参考：公益財団法人がん研究振興財団)

生活習慣を見直すことによって「がんの予防」ができると考えられています。

- ① たばこは吸わない
- ② 他人のたばこの煙を避ける
- ③ お酒はほどほどに (1 合程度)
- ④ バランスのとれた食生活を
- ⑤ 塩辛い食品は控えめに
- ⑥ 野菜や果物は不足にならないように (野菜は 1 日 350g)
- ⑦ 適度に運動
- ⑧ 適切な体重維持
- ⑨ ウイルスや細菌の感染予防と治療
- ⑩ 定期的ながん検診を
- ⑪ 身体の異常に気がいたら、すぐに受診を
- ⑫ 正しい知識でがんを知る

### ■乳がん・子宮がん個別検診

※クーポン券対象者(下記参照)は無料。  
下記指定医療機関に直接予約の上、受診してください。

検診項目	内容	費用	対象 (令和 2 年 4 月 1 日現在)	実施期間
乳がん検診	視触診・マンモグラフィ (X線撮影 2 方向)	1,500 円	40 歳以上の偶数年齢の女性	6 月 15 日(月) ~ 令和 3 年 3 月 31 日(水)
子宮がん検診	内診・視診・子宮頸部細胞診 子宮体部細胞診(該当者のみ)	1,200 円 1,200 円	20 ~ 39 歳の女性 40 歳以上の偶数年齢の女性	

指定医療機関名(50 音順)	住所	申込み	乳がん検診	子宮がん検診
産婦人科木村医院	幸手市東 2-40-10	☎(42) 0222		○
東埼玉総合病院	幸手市吉野 517-5	☎(40) 1420 (予約専用電話)	○	
堀中病院	幸手市東 3-1-5	☎(42) 2081		○
ワイスレディスクリニック	幸手市上高野 1978	☎(44) 0555		○
済生会栗橋病院	久喜市小右衛門 714-6	☎(53) 0575	○	○
白岡中央総合病院	白岡市小久喜 938-12	☎(93) 0662	○	
玉井産婦人科医院	杉戸町清地 1-2-30	☎(33) 2464		○
長岡産婦人科医院	杉戸町杉戸 2-3-10	☎(33) 3325		○

※各医療機関で診療日が異なりますので、ご注意ください。

### ■検診料金が無料になります

#### ■令和 2 年度市民税非課税世帯(世帯全員が非課税の世帯)

6 月 10 日(水)以降、市役所税務課窓口で「幸手市検診料金免除確認書」に令和 2 年度の課税状況の確認を受け、受診時に持参してください。ただし、令和 2 年 1 月 2 日以降に幸手市に転入した人は、前住所地の非課税証明が必要となります。

#### ■生活保護世帯の人および重度心身障害者医療費受給者

各受給(者)証を持参してください。

#### ■がん検診無料クーポン券対象者

クーポン券を持参してください。対象者には、6 月上旬にクーポン券を郵送します。

<クーポン券対象者(令和 2 年 4 月 1 日現在)>

- 乳がん検診 — 40 歳の女性(昭和 54 年 4 月 2 日~昭和 55 年 4 月 1 日生)
- 子宮頸がん検診 — 20 歳の女性(平成 11 年 4 月 2 日~平成 12 年 4 月 1 日生)

問合せ 健康増進課 ☎(42) 8421・FAX(42) 2130

大切なあなたの命を守る「がん検診」ぜひこの機会に受けましょう！

## 早期発見

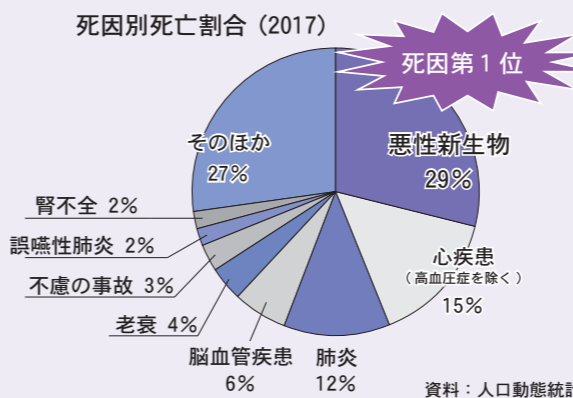
## 早期治療

# 自分自身を守る がん検診

新型コロナウイルス感染症の影響で、個別検診の期間が変更となる場合があります。集団検診については、日程が決まり次第お知らせします。

日本の男性の 3 人に 2 人が、女性の 2 人に 1 人が、「がん」にかかると言われています。これまで病気が見つかったことがなくても、突然、「がん」が見つかる可能性があります。「がんで命を落とさないための特効薬」として、まずはがん検診を受けてください。

### ■幸手市の状況



国や埼玉県と同様、幸手市でも死因の第 1 位は「がん(悪性新生物)」となっています。

また、市の乳がん・子宮頸がん検診受診者の中でも、「がん」が発見されています。

	平成 28(2016) 年	平成 29(2017) 年
乳がん	3 人(933)	2 人(918)
子宮がん (妊婦検診含む)	1 人(1395)	3 人(1806)

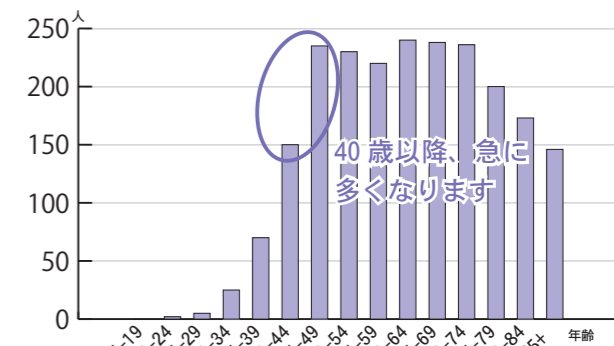
( )内は受診者数

### ■乳がんについて

乳がんは、乳房の中にある乳腺にできる「がん」で、「エストロゲン」と呼ばれる女性ホルモンが深くかかわっています。乳がんの半分近くが、乳首より上の外側にできると言われています。

- ◆40 ~ 50 代女性の、がん死亡原因第 1 位。
- ◆マンモグラフィ検査で早期発見できる(マンモグラフィは、乳がん検診の方法として効果が確認されています)。
- ◆早期発見で 95%以上が\*治療します。

日本人女性における乳がんの発症状況 (2015)



(参考) 国立がん研究センターがん情報サービス/人口 10 万人に対して

### ■子宮頸がんについて

子宮頸がんは、子宮の入り口である子宮頸部にできる「がん」です。ヒトパピローマウイルスというウイルスの持続的な感染が原因で発症します。ほとんどが性交渉による感染で、誰でも感染する可能性があります。若い女性の妊娠や出産の可能性、健やかな日常生活が奪われてしまう「がん」です。

- ◆20 ~ 30 代の若年層で、近年急増中。
- ◆早期の間は自覚症状がない(自覚症状があらわれる頃には病状が進行しています)。
- ◆早期発見・早期治療で 90%以上が\*治療します。
- ◆検診時間は 10 ~ 15 分程で、とても簡単な検診です！

- ①問診：生理の様子や自覚症状の有無などを聞きます。
- ②内診：内診台にあがり、子宮頸部の状況を確認します。
- ③細胞診：ブラシやヘラで頸部の細胞をなでるように取ります。痛みはほとんどありません。
- ④結果：おおよそ 1 か月前後で分かります。

\*治療…診断時からの 5 年生存率。