

## Health 健康

### 〈シリーズ〉 自分自身の未来のために 女性のためのがん検診へマンモグラフィ検診

#### Vol.1

未来の自分の体のために、今、できることがあります。  
女性の皆さまに受けていただきたいがん検診について、  
長野県健康づくり事業団の竹内萌さんにお聞きしました。



マンモグラフィ検診車

対象者／40歳以上  
検診車はやわらかな間接照明に包まれ、衣類を整える前室では音楽を流すなど、よりリラックスして検診を受けていただけるよう配慮しています。



診療放射線技師  
竹内 萌さん

「がん検診」と聞くと、ちょっと怖かったり、敷居が高い感じがして、二の足を踏んでしまう女性も多いかもしれません。でも本当に怖いのは、がんが見つかることではなく、早期に発見できないことなんです。特に「乳がん」は初期症状がほとんどないため、早期発見するためには検診がとて大切なんです。

#### 女性のがんのうちの約20%が乳がんです

女性が罹患するがんのうちの約20%は乳がんです。30代から増えはじめ、40代後半と60代前半に多くなります。でも大丈夫。今は早期発見さえできれば、95%以上の人が治る病気です。だからこそ、受けてほしいのが乳がん検診なのです。

マンモグラフィは乳腺・乳房のレントゲン撮影による検査で、40歳から受けていただけま

す。機械に胸を挟んで撮影するため、「痛い」という印象があるかもしれませんが。緊張すると筋肉に力が入って一層痛くなってしまうため、リラックスして検診を受けていただけるよう、笑顔でお迎えし、丁寧に説明することを心がけています。検診は女性スタッフのみで行いますので、安心して検診を受けていただけます。どうか自分の未来のために、体の声に耳を傾けてみてください。



乳がん検診のスケジュールは、お住まいの市町村の健診カレンダー等をご確認ください。

10月は  
ピンクリボン月間

公益財団法人 長野県健康づくり事業団

<http://www.kenkou-nagano.or.jp/>  
長野健康センター  
住所／〒381-2298 長野市稲里町田牧206-1  
TEL／026-286-6400  
FAX／026-286-6412  
伊那健康センター  
住所／〒396-0025 伊那市荒井4347-1  
TEL／0265-78-9700  
FAX／0265-76-8707



マンモグラフィ検診  
無料クーポンプレゼント!!

満40歳以上の女性  
25名様に抽選でプレゼント



長野県健康づくり事業団の健康センターでマンモグラフィ検診を受けていただける無料クーポンをプレゼントします。

有効期限／平成30年3月20日(火)まで

●申し込み方法(申し込み締め切り：10/25迄)  
ながの情報プレゼント応募(P28参照)へお送りください。