

# がん検診の受け方（申し込み方法）

希望の検診を選ぶ ⇒ 3～4ページ

個別検診または集団検診を選ぶ



## 個別検診

市内指定医療機関で受ける

## 集団検診

保健センターなどで受ける



令和8年6月1日(月)  
～令和9年2月27日(土)

令和8年6月8日(月)  
～令和9年3月15日(月)

STEP  
1

医療機関を選ぶ  
⇒ 7～8ページ  
※予約が必要な検診・医療機関もあります

日程を選び申し込む  
⇒ 6ページ  
※広報「HEALTH+ (ヘルスプラス)」または  
市ウェブサイト「がん検診」を見てお申込みください



STEP  
2

医療機関へ行く

※必ずマイナ保険証または資格確認書を持参して下さい。

検診会場へ行く

STEP  
3

受診した医療機関で結果を確認

結果は約4週間後、ご自宅へ郵送します

「要精密検査」となったら、必ず医療機関を受診しましょう

ツポイント



## 乳がんの早期発見のキーワード「ブレスト・アウェアネス」

ブレストアウェアネスは「乳房を意識する生活習慣」です。  
具体的には、日ごろの生活の中で次の4つを行います。



### 1. 自分の乳房の状態を知る

日頃から「自分の乳房の状態を知る」ことがまずブレスト・アウェアネスの第一歩です。  
入浴やシャワーの時、着替えの時、ちょっとした機会に自分の乳房を見て、触って、感じてみましょう。入浴の際に、石鹸を付けて手で洗うのも良いでしょう。

### 2. 乳房の変化に気をつける

普段の自分の乳房の状態を知ることで、初めて変化に気づくことができます。「いつもと変わりがないかな」という気持ちで取り組みましょう。  
変化として注意するポイントは  
☑乳房のしこり ☑乳房の皮膚のくぼみやひきつれ  
☑乳頭からの分泌物 ☑乳頭や乳輪のびらん  
などです。

### 3. 変化に気がいたらすぐ医師に相談する

しこりやひきつれなどの変化に気づいたら、次の検診を待つことなく病院やクリニックなどの医療機関を受診しましょう。  
大丈夫だろうと安易に自己判断することなく専門医の診察を受けましょう。

### 4. 40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受ける

乳がん検診の目的は、乳がんでなくなる女性を減らすことです。現在厚生労働省が推奨している乳がん検診（マンモグラフィ）は「死亡率を減少させることが科学的に証明された」有効な検診です。  
40歳以上の女性は、2年に1回、定期的に検診を受けましょう。また、「要精密検査」という結果を受け取った場合は必ず精密検査を受けるようにしましょう。