

ライフスタイルや食生活の変化から、乳がんにかかる人、乳がんで亡くなる人は、年々増え続けています。女性の死亡率が高いがんは、大腸がんと肺がんですが、30歳から64歳までの女性では、がんのうち、乳がんが死亡原因の第1位となっています。

しかし、乳がんは、ごく早期の発見と治療で95%、しこりが小さいうちでの発見と治療で90%近くが治る病気です。乳がんは、身体の表面に近い部分で発生するので、自分でも発見できる可能性があるがんです。専門の医療機関での乳がん検診と併せて、自宅で定期的に自己検診をすることで、早期発見の可能性がさらに高まります。

閉経前の方は、乳房がやわらかくなる月経終了後7日から10日までの間に、閉経後の方は、日を決めて毎月1回、自己検診をしましょう。毎月続けることで、乳房の変化に気付くことができます。

自分でチェック！自己検診

①鏡の前でチェック！！

- 乳房の形に、違和感のある所や、左右差はありませんか？
- 乳房にえくぼのようなへこみやひきつれはありませんか？
- 乳頭や周辺部に湿疹やただれはありませんか？
- 乳頭から血や分泌物が出ていませんか？

②お風呂でチェック！！

調べる乳房とは反対の手の指を揃えます。

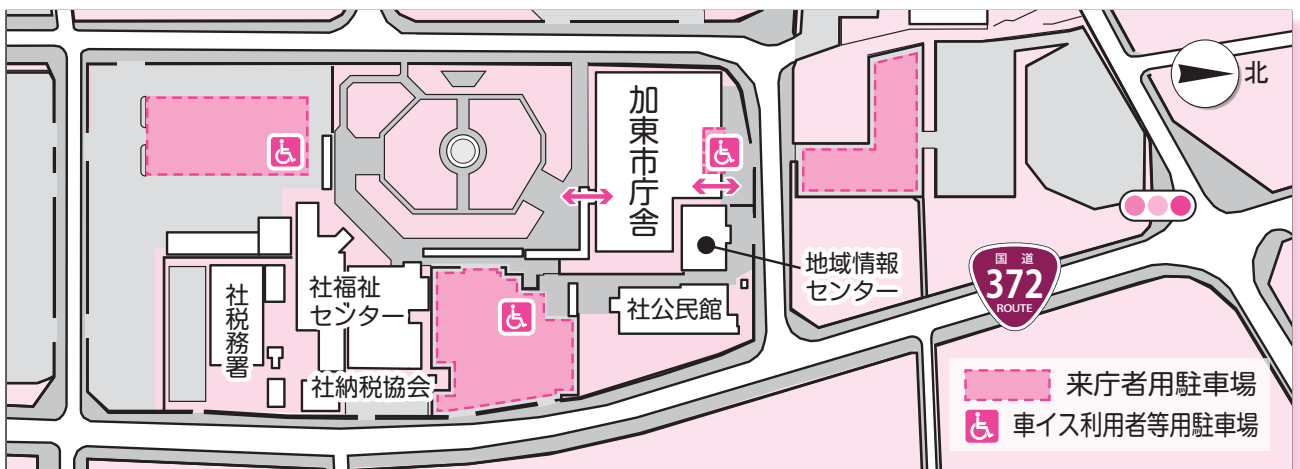


指の腹で『の』の字を書くように、全体を触ってチェックします



市役所来庁者用のご案内

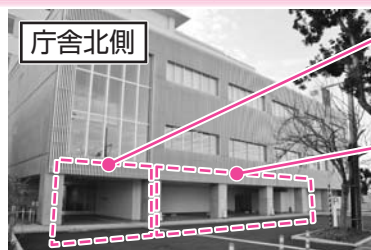
自動車での来庁の際は、庁舎周辺の来庁者用駐車場をご利用ください。



※車イスを利用される方や、高齢の方、妊娠中の方など、歩行に不安のある方は、各駐車場にある車イス利用者等用駐車スペースをご利用ください。

問い合わせ

総務部財政課（庁舎4階） ☎43-0413



● 庁舎裏口

エレベーターで直接各階へ行けます。

● 庁舎裏口横

車イス利用者等用駐車スペース
3台分の駐車スペースを設けています。