

あなた♡あなたの大切な人の  
未来のために

正しく知って

おきたい

# 『がんのコト』

2人に1人が  
一生のうち1度は  
がんに  
なります

そして  
3人に1人が  
がんで  
亡くなっています

しかし、がんは  
早期発見で  
治る確率が  
高くなります

大事なのは、**早期発見・早期治療**です。  
がん検診の案内が届いたら必ず検診を受けましょう。



## 「がん検診」っていつから？

がん検診の種類	対象年齢	受診間隔
胃がん検診	50歳以上	2年に1回 <sup>*</sup>
大腸がん検診	40歳以上	1年に1回
肺がん検診	40歳以上	1年に1回
子宮頸がん検診	20歳以上	2年に1回
乳がん検診	40歳以上	2年に1回

※胃部エックス線検査の場合は、40歳以上に年1回実施可

(厚生労働省指針に基づく)

あなたのご家族や周りの方は、がん検診を受けていますか？  
“元気な人” “大切な人” だからこそ  
受けてほしい検査です。



がん検診はお住まいの市町村や職場の検診で受けられます

自分には関係ない？



誰かに起こりうることは、自分にも起こりうる！  
“もしも”のために“今”自分ができること

## 20歳からの「子宮頸がん検診」

- ※ 性交渉でのウイルス感染が原因で、だれでもなる可能性のある**がん**です。
- ※ 初期は症状がないため、自分では**がん**であることに気づきません。
- ※ 20歳代から**子宮頸がん**になる女性が増え始めます。  
※2017年に千葉県で子宮頸がんと診断された人のうち、36.5%が20～30代でした。(上皮内がんを含む)
- ※ **簡単で痛みの少ない検査で早期発見ができます。**

～20歳になったら、検診を受けましょう～

## 「乳がん」は自己触診が早期発見のカギ

- ※ 乳がんは自分自身で調べることができるがんです。
- ※ 早期に発見すれば治癒の確率が高いことが特徴です。
- ※ **自己触診の方法**



### ①よく観察しよう！

鏡の前で自分の乳房の形を覚えておこう。左右の乳房を見比べながら、以前と比べて、くぼみやひきつれがないか、乳頭がへこんだり、湿疹のようなただれがないか確認します。



### ②しこりがないか調べよう！

触る胸と反対の手を使い、指を揃えて圧迫しながら、なでます。円を描くようになでたり、中心から左右になでたり等いろんな方向で、ゆっくり、注意深く、調べましょう。

### ③乳頭から異常分泌がないかチェックしよう！

乳頭を親指と人差し指で軽くつまんで、血のような異常な分泌物が出ないかどうか調べましょう。



～月に1回は自己触診を試みましょう！～

※異常を感じたら「外科」「乳腺外科」「乳腺外来」等の専門機関を受診しましょう。



【がん検診市町村問合せ窓口一覧】

千葉県ホームページ：

▶ 県内市町村のがん検診について



千葉県がん情報サイト「ちばがんナビ」：

▶ 千葉県内のがんに関する様々な情報を紹介しています

千葉県健康福祉部  
健康づくり支援課

《がん対策班》

☎043-223-2686