



第五小学校卒業生の作品

受けていますか？

乳がん・子宮がん検診

乳がん・子宮がん検診を別表のとおり実施します。実施医療機関に直接予約の上、受診してください。
〔問い合わせ〕健康支援課健康推進係 ☎(3488) 1181

乳がん

東京都の乳がん死亡率は全国で一番高い状況です。
乳がんは、早期に発見して適切な治療を受ければ、90%が治せる病気です。
早期発見のためには、定期的な検診を受け、自己検診を習慣付けることが大切です。
30歳を過ぎたら毎月1回、生理が始まって1週間後ぐらい、閉経後の方は日を決めて「しこり」があるかどうか自己検診することを勧めます。気になる

月に一度は自己検診を！

★目でチェック
鏡の前で両腕を上げた状態・下げた状態・腰に当てた状態の3つの姿勢で行い、ひきつれ・くぼみ・ふくらみ、乳首や乳輪の変化等はないかを観察します。
★触ってチェック
▽浴室で行う場合
左乳房を触れる時は右手、右乳房を触れる時は左手を使い、指の腹でしこりがないか乳房全体をチェックします。特に、乳房の上部外側に注意しましょう。



マンモグラフィをリラックスして受けられるようご案内します

また、40歳以上の女性は、自己検診と併せてマンモグラフィ（乳房X線撮影）などによる検診も定期的に受けましょう。
マンモグラフィは、しこりとして触れない、早期のがんも見ることが出来ます。

乳がん・子宮がん検診

	対象	費用	検診内容	実施期間
乳がん	満40～49歳の市民	2,100円(税込)	視診・触診とマンモグラフィ(乳房X線検査)	9月1日(月)～30日(火)
	満50歳以上の市民	1,050円(税込)		
子宮頸がん	満20歳以上の市民	無料	細胞診	
子宮体がん				

※乳がん・子宮がんの受診間隔は2年に1度です（平成19年度に受診した方は、今年度は受診できません）。
※子宮体がんは、受診者が同意する場合頸部がん検診に併せて受診できます。
※マンモグラフィ（9月10日(火)・25日(火)、10月10日(金)）は、あいとびあセンターに検診車が来ます。視診・触診を受診した日に医療機関で予約してください。

乳がん・子宮がん検診実施医療機関

医療機関名	所在地	電話番号	乳がん	子宮がん
岩瀬 外科 内科	和泉本町3-3-18	(3489)3830	○	—
松岡 医院	中和泉5-10-18	(3480)4122	○	○
保坂産婦人科クリニック	東和泉1-21-3	(3488)1103	○	○
和泉多摩川クリニック	〃 3-3-9	(5497)1238	—	○
一の橋 内科 皮膚科	岩戸南1-4-11	(3430)1214	○	—
小幡 医院	猪方3-24-5	(3489)6005	○	—

▽あお向けに寝て行う場合 調べる側の乳房の下に、枕やタオルなどを当てて、浴室と同じように触れてみます。

子宮がん

子宮がんには頸がんと体がんの2種類があります。

3～4本の指をそろえて、指の腹で「の」の字を書くように触れ、しこりがないか乳房全体をチェックします。特に、乳房の上部外側に注意しましょう。



また、脇の下に手を入れてしこりがないか、乳房や乳首をしぼるようにして、乳首から分泌物が出ていないかをチェックします。

また、脇の下に手を入れてしこりがないか、乳房や乳首をしぼるようにして、乳首から分泌物が出ていないかをチェックします。

消防ふれあうthon

消防隊員が行っている訓練の見学や、消防車両や消火に使用する機器類に触れるなど、身近で体験できる年一回の機会です。ぜひご来署ください。
〔日時〕9月6日(土)午前10時～午後2時
〔内容〕▽はしご車乗車体験(当日整理券を配布します)▽起震車での地震体験▽防火衣など消防隊員の装備品の体験▽小型ポンプを使った消火体験▽はたらく消防の写生会(優秀作品の展示)
〔問い合わせ〕粕江消防署 ☎(3480) 0119

防災週間

地域の防災力を高めよう

日ごろから地震に対して心構えや準備をしておく、被害は軽減できます。この機会に家庭や職場で話し合い、「自助共助」の意識を持って、いざという時に備えましょう。
「自助」(自らの命は自ら守る)
▽家具類は倒れないように固定されていますか
▽いざという時、必要なものをすぐに持ち出せますか
▽避難場所や避難経路を把握していますか
「共助」(自分たちの町は自分たちで守る)
▽家屋や家具の下敷きになった人を助ける方法を知っていますか
▽自分たちの住む町の地域危険度を把握していますか
▽過去に起こった地震の教訓を知っていますか
「問合わせ」粕江消防署 ☎(3480) 0119

9月9日は救急の日

救命の第一歩はあなたから

救急車は、平成19年中に69万1,549回、46秒に1回の割合で出場しています。
しかし最近では、緊急性がない救急要請をする方が増えています。
救急車は、けがや病気で緊急に病院へ行かなければならないときにのみ使ってください。
1秒でも早く「救える命」を救うため、救急車の適正利用にご協力ください。
▽救急車を呼ぼうか迷ったときは 東京消防庁救急相談センター ☎#7119へ。
▽救急車は、平成19年中に69万1,549回、46秒に1回の割合で出場しています。
▽救急車は、けがや病気で緊急に病院へ行かなければならないときにのみ使ってください。
▽救急車を呼ぼうか迷ったときは 東京消防庁救急相談センター ☎#7119へ。
▽救急車は、平成19年中に69万1,549回、46秒に1回の割合で出場しています。
▽救急車は、けがや病気で緊急に病院へ行かなければならないときにのみ使ってください。
▽救急車を呼ぼうか迷ったときは 東京消防庁救急相談センター ☎#7119へ。