

令和4年度健康教室のお知らせ

	開催日	時間	内容
第1回	令和4年5月31日（火）	午後2時～3時	認知症予防体操
第2回	令和4年6月30日（木）	午後2時～3時	生活習慣病・骨粗鬆症
第3回	令和4年7月26日（火）	午後2時～3時	スキンプレイルの予防
第4回	令和4年8月23日（火）	午後2時～3時	こどものがん教育
第5回	令和4年9月9日（金）	午後2時～3時	災害時のトリアージ
第6回	令和4年11月30日（水）	午後2時～3時	家庭でできる感染対策
第7回	令和5年1月31日（火）	午後2時～3時	オーラルフレイルの予防

感染対策のため人数制限を設け、予約制となります。

場所：稲沢市民病院 2階講堂

定員：20名（予約制）

詳細はこちらのQRコードより参照してください。



第1回目の『認知症予防体操』



令和4年度第1回目の『認知症予防体操』は、10名の市民の方と認知症看護認定看護師や作業療法士によって『コグニサイズ』という、認知と運動を組み合わせた体操をしました。参加者の皆さんは、最初は「難しい！」と言いつつも笑いあいの楽しい健康教室となりました。

稲沢市民病院ニュース

発行日 令和4年5月31日

電話 0587-32-2111

発行部数 300部

Fax 0587-32-2151

発行元 稲沢市民病院広報委員会

E-mail hospital@city.inazawa.aichi.jp

稲沢市 乳がん検診



2022

5/2 ▶ 9/30

令和4年度の稲沢市乳がん検診の無料クーポン（対象者のみ）の配布が始まりました。2018年の統計では、乳がんは、11人に1人がなると言われています。乳がんは30歳代後半で急増し、40歳後半と60歳代前半にピークを迎えます。乳がんは、早期発見であれば約90%の人が治癒します。当院では、マンモグラフィを女性技師にて対応しています。メール予約もできます。この機会にぜひご予約ください。

【対象】

- ・検診時 40歳以上、和暦が偶数年生まれの女性
- ・市民1,000円
- ・クーポン券対象者
- ・（40歳・昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生まれ）無料

稲沢市乳がん検診

【指定医療機関】

稲沢市民病院 稲沢市長東町沼100番地 ☎0587-32-2111

稲沢厚生病院 稲沢市祖父江町本甲拾町野7番地 ☎0587-97-2131

【集団検診】

稲沢市健康推進課（保健センター内）☎0587-21-2300

※日程や会場など詳細は保健事業案内や市のホームページなどでご確認ください。

スタッフからの
メッセージ



放射線技術室
伊藤 あゆ美

「自分は大丈夫・・・」
と思っていませんか？

乳がんは、早期発見であれば約90%の人が治癒します。マンモグラフィは早期がんを発見する手段のひとつであり、乳がんによる死亡率の減少効果があると科学的に証明されています。少しでも乳がんを悲しむ人をつくすお手伝いのできたらと思っています。乳がんが発生するピークの世代は40代後半〜60代と言われており、子育てやお仕事、親の介護などで毎日、忙しい日々を送っている世代かと思えます。忙しくて検診に行く暇がない、面倒くさい、検査が不安など様々な理由で検診を避けている方が多くみえると思います。このページをご覧になったのも何かのご縁です。当院のマンモグラフィは女性担当になっており、あなたを優しくサポートいたします。

「あの時、検診を受けておけばよかった・・・。」
そんな後悔をする前に一度この機会を利用して乳がん検診を受けてみましょう。

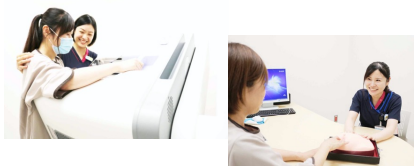
乳がん検診

Q & A

Q 乳がん検診は、
どんなことをしますか？

A マンモグラフィ検査
(2方向撮影)をおこないます。

希望される方には、自己検診の方法やDVDでの説明もします。



Q 検査の所要時間は？

マンモグラフィ検査のみでしたら、検査入室から退室まで約6〜7分です。(更衣含む)

Q 40歳の私。
乳がん検診の頻度は？

A 2年に1回の乳がん検診が推奨です。

日本では、40歳以上の女性に対して2年に1回のマンモグラフィによる検診が推奨されています。年齢の上限は規定されていません。一度受けたから大丈夫？そんなことはありません。継続して検診を受ける事が大切です。

Q 乳がん検診の結果は、
その日に分かりますか？

A 結果は、2週間程度で郵送します。

Q 乳がん検診は、
誰でも受けられますか？

A 自覚症状のない方が対象です。

※下記の方は、受診をお断りしています。

- 妊娠または妊娠している可能性がある方
- 豊胸術・乳房再建術を受けたことがある方
- 撮影時の圧迫により、破損の恐れがある医療器具を装着している方(ペースメーカー・ICDカテーテル・V-Pシャント・CVポートなど)
- 授乳中の方(正しい検査結果が出ない場合があります。)

自覚症状のある方(しこり、乳頭からの分泌、乳房の発赤など)は乳腺外来などを受診してください。

Q マンモグラフィは、
痛いですか？

A 正直、痛いです。

痛みの感じ方は人それぞれですし、全く痛くない方もみえます。痛みを伴うのは乳房を圧迫している数秒です。検査中、力が入ってしまうとより痛みが強くなる傾向にあります。また、乳腺が発達している方(若年層の方など)は痛みが強い傾向にあります。

※痛みをやわらげるポイント

- 1) 生理前など乳房が張っている時期は避ける
- 2) 体の力を抜く
- 3) 乳房に限らず、違和感がある場所は伝える