



# 乳がんは身近な病気です

10月は  
乳がん啓発  
月間

日本人女性が生涯で乳がんに罹患（りかん）する確率は9人に1人です。自分のため、家族のため、乳がんについて考えてみませんか。

問 健康推進課（☎222-9936 FAX228-7943）

## インタビュー

乳がん患者の方にお話を聞きました。

### 検診を受けていて良かった

11年前に検診で乳がんが見つかり、見つかった時はショックでした。でも発見するのがそんなに遅くなかったので検診を受けていて良かったと思いました。治療は現在も続けています。



### 不安な思いを患者同士で共有

病院の先生からがん患者と家族で構成する患者会を紹介してもらい、参加しています。患者会ではさまざまな病院のがん患者の方と自分の状況や困り事を話して思いを共有したり、

ワークショップをしたりしています。同じ立場だからこそ共感できることもたくさんあります。



がん患者や家族  
の方への支援→



### 一步踏み出して検診を

普段接する時には気を遣わず、病気のことも聞いてほしいですし、自分の経験などを話すことで検診を受けてくれる方も多い、受診したと聞くとうれしく感じます。がんが見つかったら怖いと思って受けない方もいると思いますが、早期に見つかって治療をし、元気に過ごしている方たくさんいます。

最近では女性の技師さんも多く、受診しやすい環境が整ってきています。がんと診断されてもたくさんの治療方法や薬があり、私自身、さまざまな方法を試しています。



そういうっても完全に安心できるわけではありませんが、そんなに不安がらずに自分のために一步踏み出して検診を受けてほしいです。



### 乳房を意識する生活習慣 ブレスト・アウェアネス

- ・自分の乳房の状態を知る
- ・乳房の変化に気を付ける
- ・変化に気付いたら迷わず医療機関を受診
- ・40歳になったら、2年に1回乳がん検診を受診



### がん検診は来年3月31日まで無料

堺市けんしん総合サイト（QRコード）で生年月日と性別を入力するだけで、受けられる検診が検索できます。がんの種類によって、対象年齢や受診間隔が異なります。

#### 堺市けんしん総合サイト



より便利に

フリーワード検索ができるようになりました。

奇数年齢で、偶数年齢対象の  
がん検診を受けていない方

10月1日から手続きが簡単になります。

## ○ 匠の技にふれる 堺五月鯉幟実演



伝統技術を間近で体感しませんか。日本で数少ない手描き鯉幟（こいのぼり）職人が実演します。作品の販売もあります。

日時 10月19～21日11～15時  
場所 堺伝匠館（堺区材木町西1丁1-30）

問 堺伝匠館（☎227-1001 FAX227-5006）

詳しくは  
こちら↓



## ○ 登ってみよう！史跡土塔特別公開



堺出身の僧・行基が造った仏塔・土塔。普段は立ち入ることができない塔の頂部を見学できます。発掘調査時の写真パネルや出土した文字瓦の展示もあります。

日時 10月27日（日）10～15時30分  
場所 史跡土塔（中区土塔町2143-1）

問 文化財課（☎273-6101 FAX273-5984）

詳しくは  
こちら↓

