

乳がん検診（下記の①②どちらか選択して受けてください。）

検査内容	乳房エックス線検査(マンモグラフィ検査)・・・乳房撮影専用X線装置を用いて乳房を圧迫し、乳房内の組織の差を写し出す画像検査
対象者	40歳以上(昭和62年4月1日以前生まれ)の女性で浜田市に住民票がある人で2年に1回の受診間隔の人
自己負担金	無料 ※同一年度内に同じ検診を複数回受診された場合、2回目以降は全額自己負担となります。

◆ ① 検診車で受ける場合

予約先	☆電話予約 島根県環境保健公社 0570-085-111 音声案内後③を押す 受付時間 8:30~12:00/13:00~17:15		
	☆インターネット予約 こちらの二次元コードを 読み取る⇒  予約締切は閉庁日を除く検診7日前です。		
実施日	受付時間	会場名	
5月13日(水)	9:00~10:00	久佐くゞ会館	金城
	11:00~11:30	小国おぐに会館	
	13:30~16:00	浜田市役所	浜田
5月22日(金)	9:00~9:45	美又美又会館	金城
	10:30~11:30	今福ふれあい会館	
	13:15~14:00	波佐ときわ会館	
	14:45~16:00	雲城ふれあいジム・かなぎ	
6月2日(水)	9:00~11:00	旭保健センター	旭
	13:00~13:30	和田まちづくりセンター	
	14:30~15:30	都川高齢者活動促進センター	
6月16日(水)	9:00~10:00	杵束まちづくりセンター	弥栄
	13:00~15:30	浜田市役所	浜田
6月18日(金)	9:00~11:30	国府まちづくりセンター	浜田
	13:00~15:00	浜田合同庁舎	
7月10日(金)	9:00~10:00	弥栄会館	弥栄
	11:00~12:00	美川まちづくりセンター	浜田
	13:45~15:45	長浜まちづくりセンター	
9月8日(水)	9:00~11:30	浜田市役所	浜田
	13:00~15:00		
9月18日(金)	9:00~10:00	白砂まちづくりセンター	三隅
	11:00~11:15	黒沢まちづくりセンター	
	13:00~15:00	三隅保健センター	
9月25日(金)	9:00~11:00	浜田市役所	浜田
	13:30~15:00	旭保健センター	旭
10月1日(水)	9:00~9:30	井野まちづくりセンター	三隅
	10:30~12:00	三保まちづくりセンター	
	13:30~15:00	岡見まちづくりセンター	
★10月3日(土)	9:00~11:00	浜田市役所	浜田
	13:30~15:00	雲城ふれあいジム・かなぎ	金城
10月22日(水)	9:00~11:30	石見まちづくりセンター	浜田
	13:00~15:00	浜田合同庁舎	
★11月14日(土)	9:00~11:30	浜田市役所	浜田
	13:00~15:00		
11月26日(水)	9:00~11:30	周布まちづくりセンター	浜田
	13:00~15:00		
★1月16日(土)	9:00~11:00	浜田市役所	浜田
	13:30~15:30	浜田市三隅支所	三隅
★2月28日(日)	9:00~11:30	浜田市役所	浜田
	13:00~15:00		

★は休日検診、10/3と1/16の休日検診は子宮頸がん検診と同日に受けられます。各検診ごとに予約が必要です。

◆ ② 医療機関で受ける場合

予約	必要
予約先	浜田医療センター内 健診センター 電話 28-7700
予約開始日	令和8年4月13日(月)
予約受付時間	10:00~12:00、14:00~16:00 ※休診日を除く
実施期間	令和8年5月1日(金)~令和9年2月26日(金)
	毎週 火・木・金 ※休診日を除く
	受付 14:30~15:00 検査時間 15:00~17:00

浜田医療センター内健診センターで人間ドックを受けられる場合、受付時に申し出ていただくと、今年度対象の人は年間を通じて市の乳がん検診として無料で受けることができます。ただし、同一年度内に市の乳がん検診(検診車等)を受診していない場合のみ。

乳がんはセルフチェックでも発見できることをご存じでしょうか？

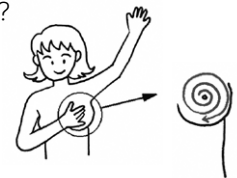
検診と習慣でがん予防！自己検診を習慣づけましょう。月に1度は自己検診バスタイムに手でおっぱいを洗いましょう。

①目で見てチェック！

左右差やひきつれはありませんか？

②さわってチェック！

一箇所、「の」の字を書くように丁寧におさえます。しこりはありませんか？



③つまんでチェック！

乳首をしぼるようにして、分泌物が出ないかを調べます。

「ブレスト・アウェアネス」って何？

ブレストは「乳房」
アウェアネスは「自覚していること」
普段の乳房を自覚していることが、やがて自分自身を守るという意味です。

☆ブレスト・アウェアネスの4つのポイント☆

- ①胸を指で洗った感覚を覚える
- ②乳房の変化に気をつける
- ③変化に気づいたらすぐに専門を受診する
- ④40歳になったら2年に1回乳がん検診を受ける



【検査について】

透明なプラスチックの板で乳房を圧迫して撮影します。人によっては痛みを感じる場合があります。

【以下の人は受診ができません】

ペースメーカー装着者 妊娠中・授乳中の人
豊胸手術実施者 水頭症のためVPシャントをしている人
乳房手術後1年以内の人、卒乳後6か月未満の人