健康診断

自分の検診、後回しにしていませんか？

「婦人科がん検診」&「セルフチェック」はお化粧と同じくらい身近なものだと考えてみませんか。自分のカラダも気づかえる女性って素敵です。
大事な家族に安心してもらうためにも、今年からぜひお受けください。

女性には年代ごとに必要な検診があります

	検査の種類	20代	30代	40代	50代～	ヤマハ健保補助金
乳がん	マンモグラフィ			● 2方向	● 1方向	上限額2,000円（合計額に対して）
	乳房超音波（エコー）		●	○注	○注	
子宮がん	頚部細胞診	●	●	●	●	上限額2,000円（合計額に対して）

注）市町村では、乳がん検診の補助が隔年になっている所が多いです。マンモグラフィと乳房超音波には、長所と短所があるので、市町村の補助が無い年は、乳房超音波を実施するのも1つの方法です。

検査の特性

マンモグラフィ

乳房を板のような装置に挟んで圧迫し、レントゲンで撮影します。

長所
・ごく小さながんや石灰化を見つけられる
・しこりをつくらないタイプのがんを発見できる

短所
・乳腺組織の密度が濃い**20～30代**は、真っ白に写ってしまい、判読が難しいことがあるので不向き

乳房超音波（エコー）

乳房にゼリーをぬり、超音波を発する機器を乳房にあてて検査します。

長所
・しこりの内部構造まで見ることができる
・乳腺組織の密度が濃い、若い世代向き

短所
・ごく小さいがんや石灰化（カルシウムが沈着したもの悪性の場合もある）の発見には不向き
・しこりをつくらないタイプのがんの発見には不向き

子宮頚部細胞診

子宮頚部の表面をヘラやブラシ等でこすって細胞を採取し、異常の有無を調べます。医師がおりものの様子を確認したり、子宮・卵巣の大きさ等をチェックしますので、子宮筋腫や子宮内膜症などが見つかることがあります。

お得情報！ 市町村のがん検診を利用していますか？

「市町村のがん検診」の自己負担金をヤマハ健保で補助します。うまく使えば、自己負担がほぼ0円になる方も・・・あなたがお住まいの市町村のご案内をご覧くださいね。

おっぱい セルフチェックしてますか？

乳がんの方の約半数が自分で乳房の異変を見つけています。検診さえ受けていれば安心というわけではありません。月に1回、日にちを決めてセルフチェックをすることが大切です。
体の表面に近いところにできるため、セルフチェックを習慣にすると1cmの大きさのしこりにも気づけるようになります。
尚、セルフチェックの方法は乳がん検診をした時にスタッフの方にご相談ください。

月に1度はセルフチェック！
生理前は、乳腺が張っているので生理後がお勧めです。閉経されている方は、毎月、日にちを決めておくといいですね。

※35歳以上の奥さまは、がん検診の他に特定健診も必ずお受けください。詳しくは「健診のご案内」でお知らせしています。

ご主人は、毎年会社で健診（血圧・血液・尿検査等）を受けています。それとほぼ同じ内容の検査が、**自己負担なし**で受けられます。ご案内に同封した「特定健診受診券」をお使いください。

2022.4