



まだまだ暑いが続きますね、皆さまいかがお過ごしですか。さて、今年度も9月4日(水)～9月18日(水)まで、乳がん・子宮頸がん検診の集団検診を行います。下記の表はここ3年間の実施状況です。乳がん検診では毎年がんが発見されています。過去には39歳以下の若い方も発見されており、年齢に関係なく発症することがわかります。乳がんは早期発見が早いほど治癒率が高く、また子

宮頸がん検診は進行する前に発見することができるため結果的に子宮頸がんの予防につながります。大切な自分の体・・・自分のために、家族のために、年に一度の検診と月に一度の乳がんセルフチェックで乳がん・子宮頸がんを予防しましょう。女性の皆さまのご来場をお待ちしております。

#### 乳がんのセルフチェック (自己触診) 《チェックのポイント》

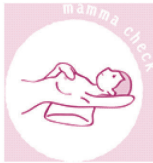
会場で、乳がんの自己検診法について説明しています♪



★見てチェック



★触ってチェック  
ワキの下もよくcheck!



★乳房をつまんでチェック



#### 《チェックの時期》

月経がある方は、月経が終了した1週間後の乳房が柔らかい時

月経が終了した方は、月に一度日にちを決めましょう

#### 《硬さの表現の例え》

がんの疑い……パチンコ玉、ビー玉、石ころみたいにコリコリ、ごりっとした硬さ。

マシュマロ様だが中心部に硬い芯がある

がん以外の乳房のしこり……スーパーボール、グミキャンディーのような硬さ(線維線種)、テニスボールのような硬さ(のう胞)、ゴムのような硬さ(乳腺症)

#### 乳がん検診

	受診者数	精査者	がん発見
H28	2,054	120	4
H29	1,556	86	1
H30	1,672	110	2

#### 子宮頸がん検診

	受診者数	精査者	がん発見
H28	1,985	20	0
H29	1,752	34	0
H30	1,802	11	0

乳がん検診は予約制です！お早めにお電話ください♪  
石垣市健康福祉センター 88-0088



### クルーズ船寄港情報 (9月)

入港日時		出港日時		船名	旅客定員 (最大)
9月2日 (月)	7:00	9月2日 (月)	15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
9月2日 (月)	8:30	9月2日 (月)	19:00	コスタ・アトランティカ	2,680
9月3日 (火)	12:00	9月3日 (火)	20:00	サンプリンセス	1,990
9月5日 (木)	11:00	9月5日 (木)	21:00	スーパースターアクエリアス	2,100
9月8日 (日)	7:00	9月8日 (日)	15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
9月9日 (月)	7:00	9月9日 (月)	16:00	スーパースターアクエリアス	2,100
9月10日 (火)	12:00	9月10日 (火)	20:00	サンプリンセス	1,990
9月11日 (水)	7:00	9月11日 (水)	15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
9月12日 (木)	11:00	9月12日 (木)	21:00	スーパースターアクエリアス	2,100
9月14日 (土)	13:00	9月14日 (土)	21:00	サンプリンセス	1,990
9月17日 (火)	12:00	9月17日 (火)	20:00	サンプリンセス	1,990
9月20日 (金)	7:00	9月20日 (金)	15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
9月23日 (月)	7:00	9月23日 (月)	15:00	スーパースタージェミニイ	1,532
9月24日 (火)	7:00	9月24日 (火)	18:00	サンプリンセス	1,990
9月25日 (水)	8:00	9月25日 (水)	18:00	バイキングスピリット	1,500
9月26日 (木)	11:00	9月26日 (木)	21:00	スーパースターアクエリアス	2,100
9月30日 (月)	7:00	9月30日 (月)	18:00	ル・ラペルーズ	184