

## 子宮頸がんについて 20歳から2年に1回、子宮頸がん検診を受けましょう。

### 【20歳代後半から子宮頸がんになる女性が増加】

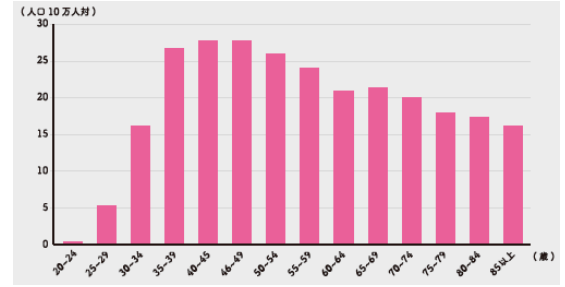
子宮頸がんになる人は20歳代後半から増加し、30歳代後半から40歳代が多くなるため、若いうちから検診を受けることが大切です。

また、早期のうちは症状がほとんどないため、「子宮頸がんにかかっている」と自分で気が付くことは困難です。

2年に1回の定期的な検診の受診により、早期のがんや、がんになる前の状態で見つけることができます。

### 子宮頸がんになった人の割合(2019年・全国)

※上皮内がんを除く



出典: 国立がん研究センター

がん情報サービス「がん統計」(全国がん登録)

## 乳がんについて

### 40歳から2年に1回、乳がん検診を受けましょう。

### 【日本人女性の9人に1人がなるといわれるがん】

最も多くの女性がかかるがんですが、早期発見・早期治療による10年後の相対生存率は98%※です。乳がんを早期発見するためには、日頃から乳房の状態を意識する生活習慣＝「ブレスト・アウェアネス」が大切です。「ブレスト・アウェアネス」は、検診対象世代でない女性にとっても大切です。

※出典: 公益財団法人がん研究振興財団「がんの統計 2022」

#### ＜ブレスト・アウェアネスの4つのポイント＞

- ① 普段から乳房をチェックして、自分の乳房の状態や月経周期による変化を知っておきましょう。
- ② 乳房の変化に気を付けましょう。
- ③ 気になる変化があるときには、すぐに乳腺外来のある医療機関を受診しましょう。
- ④ 自覚症状がなくても、40歳から2年に1回、定期的に検診を受診しましょう。

#### ＜乳房チェックの方法＞

・見るときのポイント

両腕を高く上げる 両腕をまっすぐに下ろす 両腕を腰に当てる



こんな変化はありませんか?  ひきつれ  くぼみ  ただれ

・触るときのポイント



※特に乳房の外側上部に注意

こんな変化はありませんか?

乳房のしこり  脇の下やしこり  乳首からの分泌物

## 大腸がんについて

### 40歳から1年に1回、大腸がん検診を受けましょう。

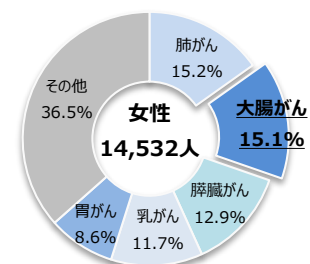
### 【都民女性のがんによる死亡原因の第2位】

都民のがん死亡者数を部位別に多い順で見ると、女性では大腸がんが第2位となっていますが、早期発見・早期治療による5年後の生存率は95%以上です。※

早期のうちはほとんど症状がないため、40歳から1年に1回、定期的な検診を受診することが大切です。

※出典: 公益財団法人がん研究振興財団「がんの統計 2022」

### 都内のがんで亡くなった人の部位別割合 (2020年・東京都・女性)



出典: 東京都福祉保健局「人口動態統計」(令和2年)