

乳がん検診を受けよう！

当健保のがん罹患者数は、男性が多い集団であるにも関わらず、**乳がんが第1位**です。
日本人女性の**9人に1人**がかかる身近な病気であり、**30代**から急増、**40～50代**で最も多くなります。

早期発見・早期治療が最善の対処法のため、ぜひ費用補助を活用し検診を受けましょう。

1.がんは早期発見により治せる病気です。

＼早期発見の方法は2つ！／

- ①乳がん検診を受ける
- ②定期的に乳房をチェックする（自己触診）



早期発見により、**9割以上**の人が治ります。

2.乳がん検診を受けよう！

日本では、**40歳以上**の方に、**2年に1回**の乳がん検診を推奨しています。

40歳以上
の方

マンモグラフィー検査
+ 医師による視触診

＼お住いの自治体ホームページをチェック！／
ほとんどの自治体で乳がん検診を受けることが可能。（検診内容：マンモグラフィーと触診）
※国が自治体を通じて、一定の節目年齢の方へ、無料クーポンを発行しています。

40歳未満
の方

乳房超音波検査（エコー）
+ 医師による視触診

＼乳腺外来のある専門病院での受診がおすすめ！／
専門医の検索は
SGホールディングスグループ健康ダイヤル24
をご活用ください。

2023年度から、ウィメンズ検診の費用補助額が**増額**されています！

■乳がん検診：5,000円⇒**10,000円**（すべて上限額）

■子宮頸がん検診：3,000円⇒**6,000円** ■骨密度検査：2,000円⇒**4,000円**

＼費用補助を受けるには、申請が必要です／ 詳しくは健保HPへ↓
[ウィメンズ検診 | 健康診断 | 保健・福祉のページ | SGホールディングスグループ健康保険組合 \(kenpo.gr.jp\)](http://kenpo.gr.jp)

大切なのは、定期的な検診と生活習慣の見直しです。

定期的な検診



禁煙と節酒



バランスの良い食事



適度な運動



参考：国立がん研究センター