

■ 令和3年度女性がん検診（子宮頸がん・乳がん）無料クーポン券について

子宮頸がん

子宮頸がんは、子宮の入口にできるがんで、女性なら誰でもかかる可能性のある病気です。20歳～30歳代の若い女性で、乳がんに次いで多いがんです。子宮頸がん検診では、がんになる前の病変やごく初期のがんを高精度に発見できます。

乳がん

乳がんは女性に一番多いがんで、40歳～50歳代をピークに発症や死亡が増加しています。乳がんは、乳房に固いしこりをつくる病気です。乳がんは、小さいうちに見つけると、治る可能性の高い病気です。

無料クーポン券対象者には、すでに無料クーポンを送付しております。

ご自身の健康のために、がんを早期に発見し治療できるよう、無料で受診できるこの機会を活用して、ぜひがん検診を受けましょう。

クーポン種類	対象生年月日
子宮頸がん	平成12(2000)年4月2日～平成13(2001)年4月1日
乳がん	昭和55(1980)年4月2日～昭和56(1981)年4月1日

令和3年度女性がん検診無料クーポン券の有効期限は、**令和4年2月28日(月)**までです。お早めにご使用ください。



生活習慣や生活環境の見直しにより、がんになるリスクが低くなることが分かってきています。

日本人を対象とした疫学調査や科学的根拠を基に、「がんを防ぐための新12か条」が作成されています。

誰でもがんになる可能性があります。新12か条を参考に、生活習慣を見直しましょう。

「がんを防ぐための新12か条」



- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1条 たばこを吸わない | 7条 適度に運動 |
| 2条 他人のたばこの煙をできるだけ避ける | 8条 適切な体重維持 |
| 3条 お酒はほどほどに | 9条 ウイルスや細菌の感染予防と治療 |
| 4条 バランスのとれた食生活を | 10条 定期的ながん検診を |
| 5条 塩辛い食品は控えめに | 11条 身体の異常に気が付いたらすぐ受診を |
| 6条 野菜や果物は不足にならないように | 12条 正しいがん情報でがんを知ることから |

出典：国立がん研究センターがん予防・検診研究センター