

Take
free

ご自由に
お持ちください。

地域とともに地域医療を守る

With

厚生連情報

We protect community medicine together with the community.

あいちの食と農の未来

03 特集 2

大規模集団接種会場の運営

新型コロナワクチン

01 特集 1



JA AICHI KOUSEIREN INFORMATION

2022

2

No.467

05 教えてドクター！
今月のテーマは「乳がん」

07 ホットトピックス
ホットな取り組みをご紹介します

08 Our Professionals
豊田厚生病院 総務課（庶務係・経理係）

09 公開講座

10 事業実績・今月の巡回健診予定表

11 健康ひろば！
乳がん早期発見のために毎月1回セルフチェックをしましょう！

地域とともに地域医療を守る

JA愛知厚生連



新型コロナワクチン

／ オール厚生連で挑んだ

大規模集団接種会場の運営

01 経緯

本会は、各事業所が各々個別接種や職域接種等を実施していましたが、令和3年5月に愛知県から大規模集団接種会場の運営要請があり本プロジェクトが開始されました。

2つの目的

- ①県民の接種率向上
- ②市町村の進捗格差是正

県内3番目の会場となり、唯一の民間医療法人での運営となりました。



会場	対象地区	運営
県営名古屋空港	名古屋市、豊山町、春日井市、小牧市	愛知県がんセンター中央病院 等
藤田医科大学病院	名古屋市、刈谷市、大府市、豊明市、日進市、東郷町	藤田医科大学病院
JA愛知厚生連 安城更生病院	安城市、西尾市、碧南市、高浜市、刈谷市、知立市	JA愛知厚生連
愛知医科大学 メディカルセンター	岡崎市、豊田市、知立市、みよし市	愛知医科大学病院
藤田医科大学 岡崎医療センター	岡崎市、幸田町、西尾市、蒲郡市、安城市	藤田医科大学 岡崎医療センター
パンテリドーム ナゴヤ	名古屋市、瀬戸市、春日井市、尾張旭市、長久手市	民間人材派遣会社
豊橋中央会場	豊橋市、豊川市、蒲郡市、新城市、田原市	民間人材派遣会社

02 接種体制

接種会場 安城更生病院 1階 外来エリア

接種日時 7月3日～11月6日 毎週土・日 9時～17時

接種人数 1日最大約1,200人 ※近隣市の接種枠に加え、愛知県枠として自衛隊や警察官、予約外妊婦、LINE予約の若者枠等の接種にも対応。

スタッフ 「オール厚生連」で延べ802名が対応。

1日対応者…医師3名、看護師5名、薬剤師3名、事務職12名、派遣職員9名 総勢32名。



03 事前準備

マニュアル作成

約50ページ
院内の配置図、各役割、運用フロー、緊急連絡先等を網羅！

厚生連の合同チームに対応できるマニュアルづくりとWEB開催を含む計3回の説明会を開催。



▲院内の配置図

行政・厚生連合同チームへの説明会▶

各機関との調整

愛知県ワクチン接種体制整備室

接種運用等の詳細を調整

近隣各市

近隣各市への予約枠の配分等を調整

各市によりワクチン接種や接種券配布のスピードが異なるため、各市の要望に極力答えられるよう、調整しました！
また、各市の予約システムを利用したため予約管理が大変助かりました。



大規模シミュレーションの開催



接種当日の流れが滞りなく進むよう、50人ほどの模擬接種者によるシミュレーションを行い、マニュアルの検証を行いました。

04 運用概要

接種の流れ

- ①市受付での来院と本人確認
- ②予診票の内容確認
- ③医師による予診
- ④中待合
- ⑤外来診察室にて看護師による接種（同時に予診票や接種券等の事務処理）
- ⑥次回の接種日案内
- ⑦観察エリアにて15分または30分の待機



▲薬剤師は、処置室で調製を行い、診察室へワクチンを供給します。

バス輸送

県が各市からの移動用のバスを用意し、30分間隔でピストン輸送。移動手段の確保が難しい高齢者の助けとなりました。



工夫した点

誤接種や重複接種等の安全面に配慮

付添者には赤色、30分観察者には緑色、妊婦（8月末から予約無しで接種）等には青色ストラップを着用いただきました。



予診票の紛失を防ぐ

接種する診察室で予診票や接種券の事務処理を行い、紛失トラブルを防ぎました。



一番力を入れた「おもてなしの心」

普段の外来では「お大事にしてください」と言うところを「お疲れ様でした。お気をつけてお帰りください」と声掛けし、気持ち良く帰っていただけたよう心がけました。

1日の流れ

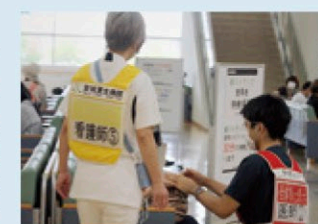


05 実績

令和3年7月3日～11月6日 延べ3万317回の接種

トラブル・副反応

大きなトラブルはありませんでしたが三河地区は外国人が多く、対応に時間がかかりました。副反応は、1日数件発生しましたが、迷走神経反射が大半で経過観察後に帰宅が可能でした。病院での接種は、有事に救急外来ですぐに対応が可能ところが一番のメリットです。



▲副反応の対応をする医師と看護師

キャンセル対応

当日のキャンセル対応も大変な業務です。モデルナワクチンは、1バイアル10人分となるため、10の倍数で予約を取得します。当日キャンセルが発生した場合は、当日の追加接種者として急遽来院してもらう調整をする必要があります。県や市、厚生連のキャンセルリストを使用して調整し、ワクチンの廃棄0・在庫0で運用しました。



さいごに



新型コロナウイルスの流行は、私たちの生活様式を一変させました。少しでも早く元の生活に戻るために、ワクチン接種を幅広い住民の方に行う大規模集団接種会場の運営をさせていただきました。病院のスタッフは通常診療を継続しながら、ワクチン接種だけでなく、陽性患者の入院受入や発熱外来等、新型コロナ対応に奔走しています。今後も病院が「地域住民の心の拠り所」になれるよう、尽力して参ります。2月5日(土)より3回目接種の会場として、安城更生病院での接種運用を再開します。救命救急センターを備えた安心・安全な接種会場に是非お越しください。（予約取得方法等は、愛知県の新型コロナウイルス感染症対策サイトをご覧ください）

大規模集団接種会場企画統括
本部 企画課長 秀野 功典

愛知県知事より感謝状をいただきました。
※詳細はP7ホットスポットをご覧ください。



あいちの食と農の未来

あいちの農業をもっと知ろう

愛知県の主要な農産物



愛知は全国8位の農業県

自動車産業に代表される製造業が盛んな愛知県ですが、実は、農業産出額全国8位(令和元年)と、農業が盛んな県でもあります。温暖な気候と、木曽川・矢作川・豊川の豊かな水に恵まれ、それぞれの地域で特色ある農業が営まれています。

愛知の農業は、名古屋などの大消費地に近い地理条件を活かし、古くから野菜や果物、花き(観賞用の植物全般)など、園芸品目の生産が盛んです。全国トップシェアを誇る品目が多数あり、全国トップ3の農産物はなんと19種類以上もあります。特に、花きについては、昭和37年から58年連続して産出額日本一、愛知県は「花の王国」でもあります。

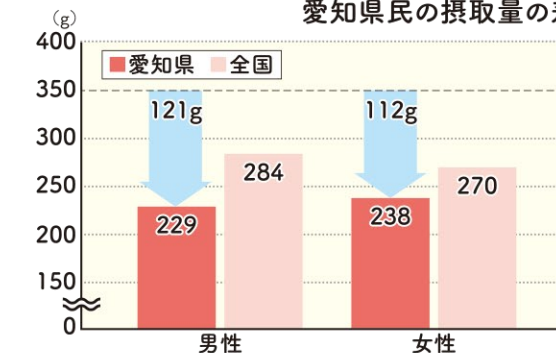
このほか、「みかわ牛」「みかわポーク」など、高品質なブランド肉を生み出す畜産や、安全・安心なお米づくりを実践する稲作など、バランスよくさまざまな農畜産物が生産されており、品目・品種ともに多様であることが愛知の農業の特色です。

愛知県民の野菜摂取量は全国最下位！

厚生労働省の調査(※)によると、愛知県民の成人男性1日当たりの野菜摂取量の平均値は全国最下位、女性は44位と、愛知県民の野菜摂取量は非常に低い水準です。愛知県民の野菜摂取量は、男女それぞれ229g・238gで、国が推奨する成人1日当たりの野菜摂取量350gに100g以上足りないことになります。

※平成28年国民健康・栄養調査

【成人1日当たりの野菜摂取量の目標値と愛知県民の摂取量の差】



愛知県民の野菜摂取量は、全国平均を大きく下回っています。

愛知の野菜を食べてもっと元気に

野菜は、生活習慣病を予防・改善するビタミンやミネラル、食物繊維を多く含んでいます。一方で、「野菜は健康にいい」と理解していても、意識しなければ十分な量を取ることは難しいです。350gの目標を達成するために、意識的に野菜を毎食1品以上・1日5品(70g×5品)を食べることを目指しましょう。

愛知県は、野菜の農業産出額が全国5位で、年間を通じて、さまざまな野菜が生産されています。普段の食事に愛知の旬の野菜を取り入れてみてはいかがでしょうか。

【野菜摂取量の目安】



組み合わせて1日に5～6品を目安に食べましょう

出典：厚生労働省・農林水産省「食事バランスガイド」

栄養の宝庫！旬の愛知のキャベツを食べて免疫力を高めよう

キャベツたっぷり ふわふわ花シューマイ

千切りにしたキャベツをシューマイの皮の代わりにまぶすことで、手軽に糖質オフ！仕上げは電子レンジ調理なので、蒸し器がなくても作れます。お好みで桜えびやスプラウトなどを飾るとキレイです！

冬キャベツの栄養素

1年中店頭に並ぶキャベツですが、11月～3月に出回る冬キャベツは葉が厚く、巻きは固めでずしりと重く、甘味が強いのが特徴です。冬キャベツは加熱することで甘味が増し、カサが減るので、たっぷり食べることができます。キャベツは栄養価が高く、ビタミン類を多く含むため、寒い時期の風邪対策にぴったりの野菜です。免疫力を高め、肌の調子を整えるビタミンCや、止血や骨づくりに欠かせないビタミンK、胃腸の働きをサポートするビタミンUなどが含まれます。



ふわふわ花シューマイをメインにした中華風献立を紹介しています！

cookpad JA愛知厚生連のキッチン／献立
<https://cookpad.com/kondate/list/25142366>



<材料(4人分・16個)>

- キャベツ① 150g
- 豚ひき肉 200g
- キャベツ② 150g
- 白はんぺん 100g(1袋)
- 塩・こしょう 少々
- 片栗粉 大さじ2
- しょうゆ 小さじ2
- ごま油 小さじ2
- おろししょうが 小さじ2
- ポン酢 お好みで
- からし お好みで

<作り方>

- キャベツ①は千切りに、キャベツ②はみじん切りにする。
- ボウルにAを入れてよく混ぜたら、Bを加えてさらに混ぜる。16等分にして丸め、周りに千切りキャベツを押し付けるようにして付ける。
- 耐熱皿にのせて、ふんわりとラップをかけ、2回に分けて600wのレンジで5分ずつ加熱したら完成。お好みでポン酢とからしを付けて食べましょう！

健康レシピ撮影の裏側をInstagramで公開中です！

<https://www.instagram.com/p/CSnpHZntACO/>



クイズで学ぼう！ あいちの食と農の未来

JAグループ愛知では、クイズで愛知の食と農を学ぶキャンペーンを行っています。

クイズに回答された方の中から、抽選で合計500名様に愛知の農畜産物をプレゼント！

※写真はイメージです。

応募期間 2021年11月1日(月)～2022年3月10日(木)

キャンペーンの詳細については、Webサイトをご確認ください。

<https://www.chu.aichi-ja.or.jp/agri/quiz/>

抽選で愛知の農畜産物が500名様に当たる



Webサイトはこちら

＼教えて／ドクター！



少し気になっているけど、なかなか普段聞けない…。
そんな、からだや病気の“気になる”ありませんか？
毎月その道のエキスパートが
あなたの“気になる”を解決していきます。

今月のテーマは



乳がん

数字で見る乳がん

30～64歳女性
がん死亡原因
第1位

生涯の間に
9人に1人
が発症

乳がんは
早く見つけて治療すれば、
全部のがんの中で
2番目に治るがんです。

気になったらいつでも
受診してくださいね。

「乳がん」は、ほかのがんに比べて若い世代でも発症しやすいことも特徴で、30代前半から増え始めます。40代後半でピークを迎え、閉経後の60代前半で再びピークを迎えますが、80歳以上の方でも罹患します。

近年、患者数は急速に増えており、日本女性の9人に1人※1が生涯の間に乳がんにかかるといわれ、30～64歳の女性のがん死亡原因のトップ※2です。乳がんは、普通のがんと全く違って、働き盛りの女性を襲います。早期に見つかれば、治療後1ヶ月で職場復帰することもできるので、定期的に乳がん検診を受けましょう。

※1 地域がん登録全国推計値2020年データ。
国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

※2 厚生労働省「平成29年（2017）人口動態統計月報年計（概数）の概況」

今月の
ドクタープロフィール
PROFILE

あめみや たけし
雨宮 剛 医師

安城更生病院 外科

担当診療時間
火・木曜日 13時～17時
金曜日 8時30分～17時

外科代表部長 乳腺外科代表部長
がん診療センター副センター長
岐阜大学卒業後、いろんな病院で勤務
して安城更生病院は6つめの病院となり
ました。
日頃は体力維持のため
に少し走っており、年に
何回かは各地のマラソン
大会に参加して楽しんで
います。



もっと知ってほしい。
＼ 病気の話 ＼

皆さんに安心して治療に専念していただけるよう、
毎月ドクターが、病気について詳しく
説明していきます。



＼働き盛りの30代から急増／
乳がんと「痛みのない」
乳がん検診のお話

乳がんってどんな病気？

乳がんは、乳房にある乳腺（母乳をつくる場所）に発生する悪性腫瘍です。乳管や、小葉という奥の方の組織のいずれかから発生します。乳管の中にがんが留まっている場合は非浸潤がんといい、乳管を破って周りの乳腺に及ぶと浸潤がんと言います。男性も罹患することがありますが罹患率は女性よりずっと少ないです。

どんな症状が出るの？

症状は「しこり」「分泌物」のほか、「腫れ・痛み」のことが多いですが、これらは乳がん以外でもよく起こる症状です。しこりは、1cmの大きさになるまで7年以上かかると言われていますが、増殖スピードが速いものもあります。そのため、乳がんを早期発見するためには、月1回の乳房セルフチェックと定期的な乳がん検診が重要です。セルフチェックの方法は裏表紙をご覧ください！

乳がん検診の種類と特徴

＼年1回の検診がおすすめ／

エコー検査（超音波）

検査内容 ゼリーを胸に塗り、超音波を体にあてる検査

- 放射線被ばくがなく圧迫等の痛みもない
- 若い女性や妊娠中、豊胸術を受けた人、ペースメーカーがある人も検査可能

非造影MRI検査（磁気）

検査内容 磁力と電磁波の力を利用して身体の臓器や血管を色々な断面で撮影する検査

- 放射線被ばくがなく圧迫等の痛みはない
- Tシャツを着用して撮影するため乳房を見られることがない
- 若い女性、乳腺濃度が高い（デンスブレスト）女性、乳房の手術後の方が適する

➡ 2021年12月、無痛MRI乳がん検診（ドゥイブスサーチ）を愛知県内で初導入しました！

マンモグラフィ検査（X線）

検査内容 乳房を圧迫し、乳房内の組織の差を写し出す画像検査

- 触れることのできない小さな病変を写し出せる
- シニア層で閉経後、乳房の多くが脂肪に置き換わっている方が適する

「痛くない」
「見られない」
「被ばくしない」

上記の検査は予防医療センターで受けることができます！

各種ドック	費用（税込）	検査項目
無痛乳がんドック（午後限定） ～乳がん検査を無痛で 被ばくなく受けたい方～	22,000円	乳房DWIBS search (MRI)
レディースドック（午前限定） ～乳がん、子宮がん、 子宮頸がんの気になる方～	20,000円	身体計測、血液検査、 腫瘍マーカー (CA125、CA19-9)、 骨密度、子宮頸部細胞診、 経膈エコー、マンモグラフィー、 乳腺エコー
乳がんドック（午後限定） ～乳がんを短時間で 検査したい方～	13,000円	マンモグラフィー、 乳腺エコー、 腫瘍マーカー（CA15-3）

上記は、専門ドックになります。基本ドックなどの詳細は
ホームページからご確認ください。

当院は、日本乳癌学会認定施設です。
2020年は172件の手術を実施、乳がん看護認定看護師も活躍しています。



2021年12月リニューアルオープン！

安城更生病院 予防医療センター

電話番号／0566-75-3020

予約受付時間／平日 13:00～16:00

土曜日 10:00～11:30（第1・3土曜日）

<https://anjokosei.jp/pmc/>



HOT TOPICS

JA愛知厚生連のホットな
取り組みをご紹介します。

海南病院

11月25日

JA海部東「なの花の会」より心温まる手作りのプレゼントをいただきました。

11月25日、JA海部東の助け合い組織「なの花の会」よりコロナ禍で奮闘する職員に対し、心温まる手作りのプレゼントをいただきました。なの花の会では、6月に行われた「保健福祉表彰」の団体表彰受賞をきっかけに、地元にある海南病院へ感謝と応援の気持ちを届けたい、という想いから紙コップを加工した手作りプレゼントの制作が行われました。贈呈式では、奥村病院長より「このような素敵な贈り物は職員の励みになります。」と感謝状が手渡されました。



▲海南病院の全職員に配られました

JA愛知
厚生連

11月29日

新型コロナワクチン大規模集団接種関係者に対して
知事より感謝状を贈呈いただきました。

11月29日、愛知県庁にて、新型コロナウイルスのワクチン接種で、大規模集団接種会場の開設や運営に協力した医療機関・関係団体・企業に対して、愛知県大村知事より感謝状が贈られました。本会は、7月3日～11月6日の毎週土日で安城更生病院に設置した大規模集団接種会場にて、JA愛知厚生連の職員が輪番で運営にあたり、これまでに、3万317回の接種を実施しました。また、2月5日(土)より3回目接種会場として運用を再開いたします。※大規模集団接種会場の詳細は「特集1」をご覧ください！



感謝状授与の様子。長谷川会長と宇野理事長が参加しました▶

安城
更生病院

12月3日

新棟「南棟」の竣工式を行いました。
～がん医療・急性期医療・災害医療・予防医療の強化へ～

12月3日、大型施設整備「発展的再構築」第2弾となる新棟「南棟」の竣工式と内覧会を行いました。南棟には、健診機能を大幅拡張した予防医療センターのほか、化学療法を担う血液・腫瘍内科病棟及び通院治療センター、ハイブリッドラボを備えた血管撮影室を擁し、集中治療病床を拡充した循環器センターを移設しました。



安城市長・地元JA組合長ら関係者約100名が参加しました▶

Our Professionals

頼れる安心、頼られる誇り。
地域医療を守る
プロフェッショナルたち。

職場紹介

豊田厚生病院

総務課
(庶務係・経理係)



愛知県豊田市浄水町伊保原500-1
TEL 0565-43-5000(代表)

職員が安心して働ける 職場環境作りをサポート

庶務系の業務は、1,300人を超える職員の
人事管理・給与計算・福利厚生・安全衛生、
文書の受付や郵便・宅配物の受取など幅広い
業務を行っています。
また、院内保育所の管理運営に携わるなど、
職員が安全・安心して働ける、魅力ある職場
環境の整備に努めています。



庶務係

お金の流れを把握し病院の 健全経営をサポート

経理係は、患者さんが支払った医療費の集計
や、医薬品や備品等必要な物品の支払い処理
を行っています。
また、病院の健全経営のために、予算を作成し、
その進捗状況を把握することで、よりよい医療
が提供できるよう日々努めています。



経理係

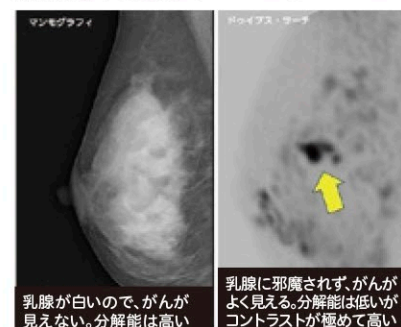
INFORMATION

1 安城更生病院

がん医療・高度急性期医療をさらに充実
南棟がオープンしました！

1階 予防医療センターおすすめドック

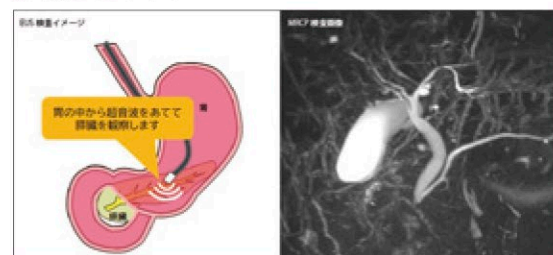
無痛乳がん検査 DWIBS search



「痛くない」
「見られない」
「被ばくしない」
無痛乳がん検査
を新たに導入しまし
た。

※P5～6
「教えてドクター」も
ご覧ください！

膵臓がんドック



通常の健診では発見が難しい膵臓がんを専門的な
検査で調べます。

上記の検査のほか、すべてのがんから脳・心血管疾患、生活習慣病
まで幅広くカバーする豊富なメニューを用意しています。また、女性
専用エリアも完備しており、安心して検査を受けることができます。

24時間WEB予約可能
▶ <https://anjokosei.jp/pmc/>



公開講座

2月

一般の方を対象とした、医療や福祉に関する情報です。皆さんお気軽にご参加ください。
お申し込み方法については、各事業所にお問い合わせください。

開催日/時間	テーマ	場所/講師	備考
① 2月3日(木) 14:00～15:00	がんサロン「にじの会」 ～治療にかかる費用や制度～	江南厚生病院外来2階多目的室 ソーシャルワーカー	要予約(定員10名)
② 2月1日(火) 11:00	脳いきいき倶楽部	足助病院 リハビリテーション室	申込必要、 参加費300円
③ 2月9日(水) 10:00	俳句サロン	足助病院 外部講師	申込必要、 参加費無料
④ 2月10日(木) 11:00	ロコモ予防体操倶楽部	足助病院 リハビリテーション室	申込必要、 参加費300円
⑤ 2月15日(火) 11:00	脳いきいき倶楽部	足助病院 リハビリテーション室	申込必要、 参加費500円
⑥ 2月15日(火) 10:30	男の料理教室 Online	足助病院 栄養管理室	申込必要、Onlineの 場合は参加費無料 会場参加は要相談
⑦ 2月24日(木) 11:00	ロコモ予防体操倶楽部	足助病院 リハビリテーション室	申込必要、 参加費300円

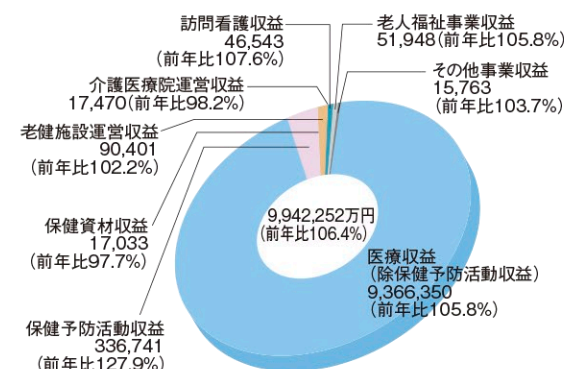
お問い合わせ ① 江南厚生病院 TEL.0587-51-3333(代表)
②～⑦ 足助病院 TEL.0565-62-1211(代表)

一般の方も
ご参加いただけます

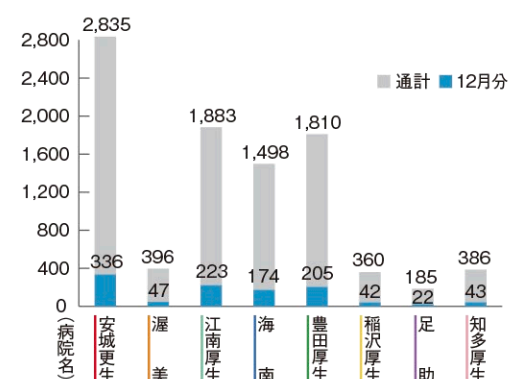
※公開講座は新型コロナウイルスの感染状況により中止の場合があります。また実施する講座は感染予防に取り組みながら実施します。

事業実績

■事業実績(12月末)
(単位:万円)



■病院別診療収入
(単位:千万円)



■病院別診療人員(単位:人)

病院名(ベッド数)	区分	受診人員	
		12月	通計
安城更生(749)	外来	40,732	351,466
	入院	20,944	184,069
渥美(316)	外来	12,237	106,114
	入院	7,902	63,265
江南厚生(684)	外来	30,243	264,394
	入院	18,726	157,165
海南(540)	外来	26,950	225,857
	入院	15,479	136,501
豊田厚生(606)	外来	28,471	247,328
	入院	15,746	138,650
稲沢厚生(250)	外来	12,510	109,861
	入院	6,292	54,194
足助(148)	外来	5,462	46,099
	入院	4,009	33,861
知多厚生(199)	外来	12,252	107,179
	入院	5,053	45,174
JAあいち健診センター	外来	34	310
	入院	94,151	812,879
合計(3,492)			

新型コロナワクチン追加接種(3回目接種)の 大規模集団接種会場を開設します。

期 間 : 2022年2月5日(土)～7月31日(日) (土日のみ)

場 所 : JA愛知厚生連 安城更生病院 1階 外来エリア

接 種 規 模 : 1日最大500人

対 象 者 : 新型コロナワクチンの2回目接種完了から6ヵ月が
経過し、接種券のある方

開 設 時 間 : 9時～17時(土日のみ)

接種従事者: JA愛知厚生連の医師・看護師等

予 約 方 法 : 県のLINE予約システム、コールセンターでの電話受付

交 通 手 段 : 三河高浜駅からシャトルバスを運行(駐車場あり)

使用ワクチン: モデルナ社ワクチン

SNS JA愛知厚生連公式 で情報発信中

暮らしに役立つ医療・健康・介護情報をお届けしています！



医師による病気のお話をお届けしています！



cookpad(クックパッド)

「JA愛知厚生連のキッチン」

“美味しく健康 楽しく料理”をモットーに、食の専門職である
管理栄養士が作成したレシピを公開しています！

JA愛知厚生連のキッチン

▶ <https://cookpad.com/kitchen/25142366>



今月の巡回健診予定表

JAあいち健診センターの健診車が各JAを巡回し、JA組合員の
健診を行っています。ご希望の方は各JA窓口にご相談ください。

2/3(木)	2/5(土)	2/19(土)
JAあいち知多 半田支店/ 半田JA会館	JAあいち豊田本店 JAひまわり 中部営農センター	JAあいち中央 本店
2/4(金)	2/17(木)	
JAあいち知多 知多営農センター	JAあいち知多 東浦支店	

健康ひろば!

いつもの健康のために

乳がん早期発見のために
毎月1回

セルフチェックをしましょう!

乳がんの話はP5・6
教えて/ドクター!を
ご覧ください。

定期的に乳がん検診を受けていても、検査で分かりにくいものや、健診と健診の間の時期に乳がんになることもあるので、毎月のセルフチェックが大切です。

● セルフチェックに適切な時期は?

生理のある人

生理が始まって7日目頃に
検査をしましょう。

生理のない人

月にこの日と決めて検査し
ましょう。

● チェックポイント

- ☐ 乳房の変形や左右差がないか
- ☐ ひきつけがないか
- ☐ ただれがないか
- ☐ しこりがないか
- ☐ えくぼのようなへこみがないか
- ☐ 出血や異常な分泌物がないか

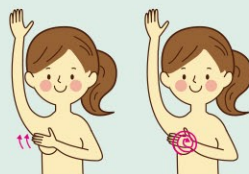
01 鏡の前に立ってチェック

正面から見て、ばんざいをしたり、頭の後ろに手を組んだりして見比べましょう。



02 指で触ってチェック

親指以外の指先・指の腹で軽く押してみましょ。『の』の字を書くようにしたり、つまんだりしてチェックしましょう。



03 仰向けになってチェック

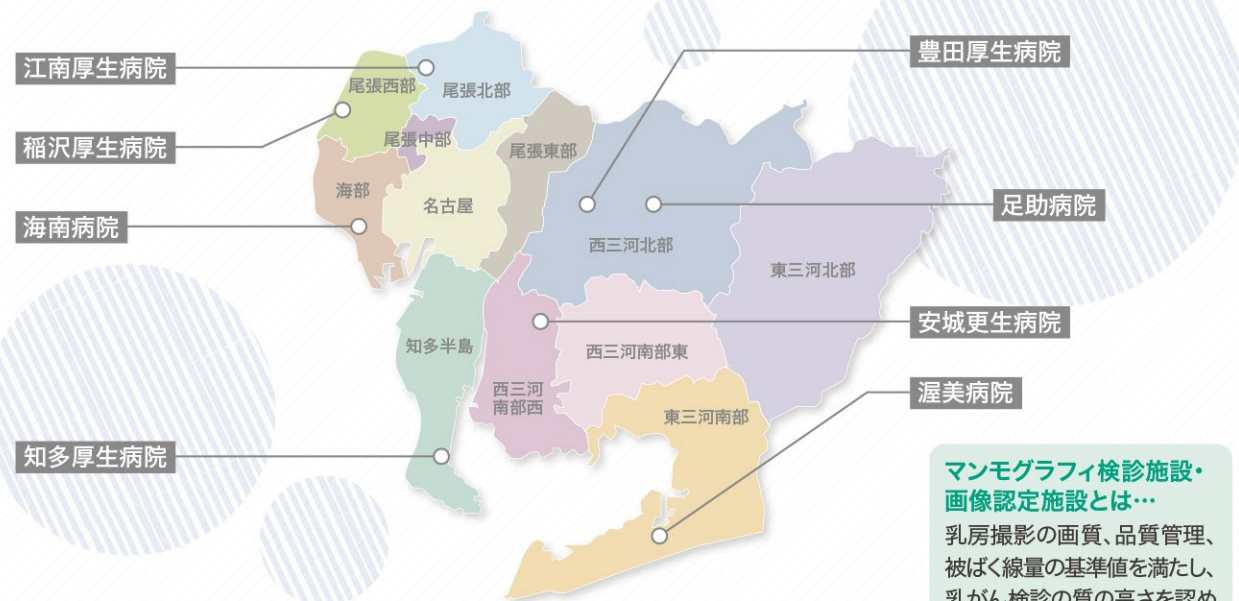
背中にタオルや座布団を敷いて、脇の下から乳房全体をくまなくチェックしましょう。



JA愛知厚生連の病院で、**乳がん検診**が受けられます。

病院ごとに、検査項目や金額・オプション追加できる項目などが異なります。

詳細は、各病院のホームページをご覧ください!



すべての病院が「マンモグラフィ検診施設・画像認定施設」です。

マンモグラフィ検診施設・ 画像認定施設とは…

乳房撮影の画質、品質管理、
被ばく線量の基準値を満たし、
乳がん検診の質の高さを認め
られた施設のことです。