

## 高濃度乳房の通知に向けて

### 1. 神戸市における乳がん検診について

#### (1) 実施内容（国の指針に基づき実施）

- ・ 検査項目：問診、マンモグラフィ、自己触診法の指導
- ・ 対象：40歳以上の偶数歳の誕生日を迎える女性
- ・ 実施方法：個別検診（神戸市医師会）、集団検診（兵庫県予防医学協会）
- ・ 自己負担額：40歳代 2,000円、50歳以上 1,500円

#### (2) 受診者状況

年度	H29年度	H30年度	R元年度	R2年度
受診者数（人）	27,748人	27,574人	27,711人	23,353人

#### (3) 検診結果の通知内容について

##### ①現状

- ・ 厚生労働省の「がん予防重点健康教育及びがん検診実施のための指針」に基づいて、精密検査の必要性の有無を附し、受診者に結果を通知している（「異常認めず」か「要精検」を通知。乳房の構成の記載はない）。

##### ②他都市における高濃度乳房通知の実施状況

- ・ 政令市のうち、川崎市、大阪市、堺市、広島市で実施。
- ・ 県下保健所設置市のうち、尼崎市、明石市、姫路市で実施。

#### (4) 検診結果の通知方法について

##### ①個別検診（指定医療機関）

- ・ 検診後、二次読影を行った上で、検診結果について受診者への口頭説明とともに、結果票を手渡し。

##### ②集団検診（検診車）

- ・ 検診後、持ち帰り読影を実施し、総合判定ができ次第、後日、結果票を郵送。

### 2. 高濃度乳房の本人への通知について

- ・ 市民が本市のがん検診の結果通知を受ける際に、乳房構成について知ることは、早期に異常に気づけるメリットがあると認識しており、通知実施に向けた準備を進めている。
- ・ 高濃度乳房の本人通知にあたっては、結果票の様式変更を行い、乳房の構成の記載欄を設ける必要があるとともに、医師から直接説明する機会がない場合もあるため、わかりやすいリーフレットが必要。
- ・ 専門医等によるワーキンググループにおいて、通知内容、通知方法、精度管理等について検討を行う。検討後、準備を整えた上で、年内を目途として通知を開始。

神戸市乳がん検診結果票

検診日	年 月 日	受診者区分（該当区分にチェック✓を入れてください）
受診番号 （X線番号）		<input type="checkbox"/> 神戸市国民健康保険
料 金 の 取 扱 い		保険証番号 _____ 記号・番号 _____
徴収金	自己負担金を徴収しない区分	<input type="checkbox"/> その他（社会保険、組合保険、後期高齢者他）※番号の記載は不要
<input type="checkbox"/> 1,500 <input type="checkbox"/> 2,000	<input type="checkbox"/> 70歳以上 <input type="checkbox"/> 受診券 <input type="checkbox"/> 40歳総合 <input type="checkbox"/> 無料クーポン	☆ 検診で精密検査の必要な方は、精度管理のため結果を調査させていただくことをご了承のうえ、下記をご記入下さい。 ☆ 調査結果は、研究・統計の目的以外には使用せず、個人情報の秘密は厳守いたします。 ☆ 検診結果は神戸市へ報告いたします。

太線内をボールペンで強く記入して下さい。

フリガナ					大正	年	月	日生	歳
氏名					昭和				
住所	区	町 通 台	丁目	番 号	電話番号 _____				

今回の検診結果は、下記➡の総合結果欄の○印が該当項目です。  
各該当項目の下記説明に従ってください。

- 異常認めず、2年後乳がん検診要受診  
今回の検診結果では、異常は認められませんでした。  
今後、定期的に自己触診を行い、しこりなどの自覚症状がある時は、神戸市乳がん検診（対象：当年度偶数歳の誕生日を迎える方）を待たず、早めに医師の診察を受けて下さい。
- 要精検  
今回の検診結果では、精密検査を受ける必要があります。医師の説明に従って下さい。  
なお、集団検診での結果郵送の場合は、同封の精密検査依頼書を持参のうえ、最寄の精密検査受け入れ協力機関で、速やかに受診して下さい。

自己触診の方法

○閉経前の人…月経が終わって4～5日後。 閉経後の人…毎月一定の日を定めて実施しましょう。

鏡の前で(視診)

明るい部屋で、なるべく大きな鏡の前に立ちましょう。

- ①両腕を下げたまま、正面、側面、斜めを写し、左右の乳房の次の事を観察します。



- 左右の乳房の形や向きは同じか。
- 乳房に皮膚のくぼみや引きつれはないか。
- 乳頭に湿疹やただれはないか。

- ②両腕をあげ、  
①と同じことを調べます。



- ③最後に左右の乳頭をつまみ、分泌物が出ないかを調べます。

仰向けになって(触診)

検査する側の下に折りたたんだタオル等を入れ、乳房を胸の上で均一にします。

右乳房は左手で、左乳房は右手で、次のように、しこり等がないか調べます。

- ①乳房の内側半分を調べる

調べる側の腕を頭の下に入れ、揃えた3～4本の指の腹で、外側→内側、上→下へ軽く圧迫します。  
※まんべんなく触れましょう。



- ②乳房の外側半分を調べる

頭の下腕を自然な位置に下げ、指の腹で外側→内側、下→上へ。



- ③わきの下を調べる

わきの下に3～4本指をさし入れて、指先を胸壁にそってゆっくりすべらし、しこりがないか調べます。



➡ 総合結果	1.異常認めず、2年後乳がん検診要受診	2.要精検（右・左）
精密検査紹介先（ _____ ）		

医療機関名	担当医師名	医療機関コードNo
所在地	電話番号	

受診者用

# 神戸市乳がん検診報告書（集団検診用）

〒657-0846

1

神戸市灘区岩屋北町  
1-8-1

予防 花子 様

検診日	令和 3年 4月 1日
-----	-------------

受診番号 (X線番号)	299 - 301
----------------	-----------

TEL 078-855-2715 (ID 151085 )  
 年齢 昭和 31年12月24日 64 歳 女

検診車 (マンモ1方向)

結果	要精密検査 (右)
その他 特記事項	

今回の検診結果では、乳腺症等の良性疾患と悪性疾患との鑑別のため、超音波検査等の精密検査を受ける必要があります。同封の「乳房精密検査依頼書」を持参のうえ、最寄の「乳がん検診・精密検査協力機関名簿」の医療機関で、速やかに受診してください。

### ◎マンモグラフィ画像データ (CD) の提供について

当協会では、①精密検査協力機関医師の指示ならびに②ご本人の了解がある場合は、検診時のマンモグラフィ画像データの提供 (郵送時送料負担有) を行っておりますので、必要な場合は下記までご連絡をお願いいたします。

#### 【マンモグラフィ画像データ提供連絡先】

公益財団法人 兵庫県予防医学協会 乳房検診係  
 TEL (078) 871-7758

医療機関名	公益財団法人 兵庫県予防医学協会 健診センター	担当医師名	安田 敏成
所在地	神戸市灘区岩屋北町1丁目8番1号	電話	(078) 855-2740

## 自己触診の方法

○閉経前の人…月経が終わって4~5日後。 閉経後の人…毎月一定の日を定めて実施しましょう。

### 鏡の前で (視診)

明るい部屋で、なるべく大きな鏡の前に立ちましょ

- ①両腕を下げたまま、正面、側面、斜めを写し、左右の乳房の次の事を観察します。

- 左右の乳房の形や向きは同じか。
- 乳房に皮膚のくぼみや引きつれはないか。
- 乳頭に湿疹やただれはないか。

- ②両腕をあげ、①と同じことを調べます。

- ③最後に左右の乳頭をつまみ、分泌物が出ないかを調べます。



### 仰向けになって (触診)

検査する側の下に折りたたんだタオル等を入れ、乳房を胸の上で均一にします。

右乳房は左手で、左乳房は右手で、次のように、しこり等がないか調べます。

- ①乳房の内側半分を調べる  
調べる側の腕を頭の下に入れ、揃えた3~4本の指の腹で、外側→内側、上→下へ軽く圧迫します。  
※まんべんなく触れましょう。



- ②乳房の外側半分を調べる  
頭の下を腕を自然な位置に下げ、指の腹で外側→内側、下→上へ。



- ③わきの下を調べる  
わきの下に3~4本指をさし入れて、指先を胸壁にそってゆっくりすべらし、しこりがないか調べます。

