



日曜日の乳がん検診のお知らせ

日本の女性が罹患する悪性疾患のうち罹患率第一位が、乳がんです。乳がんの発生は、20歳前後から認められ30歳代でさらに増加し、40歳代から60歳代前半がピークとなっています。



JA広島総合病院 健康管理センター 秋元 保健師

乳がんの罹患率・死亡率は、ともに増加傾向にあり、日本の乳がんの検診受診率の低さが原因のひとつとして指摘されています。乳がん検診によりがんを早期発見し、適切な治療へつなぐことで、がんによる死亡率を減らすことができます。

J・M・S(ジャパン・マンモグラフィ・サンデー)は子育て・介護・仕事・家事などで忙しく、平日に病院に行けない女性に向けて、全国の医療機関と認定NPO法人

J・POSHが協力して、毎年10月第3日曜日に乳がん検診を受診できる環境づくりへの取り組みです。

今まで乳がん検査に行かなかった方、最近忙しくて行っていない方など、日曜日に受診できるこの機会に「乳がん検診」を受けてみませんか。



ジャパン・マンモグラフィ・サンデー 乳がん検診 J.M.S のお知らせ

- 日時: 令和2年10月18日(日) 8時15分~受付開始
- 場所: JA広島総合病院 健康管理センター
広島県廿日市市地御前1-3-3
- 検査内容・費用
 - マンモグラフィ + 乳腺エコー 8,000円(税込)
 - マンモグラフィのみ 5,000円(税込)
 - ※医師による視触診はありません
- 対象者: 35歳以上の方
- その他
 - 市町村等が発行している乳がん検診無料クーポン券の利用はできません。
 - 完全予約制で各検査枠に限りがあります。
 - 結果は後日郵送にて通知します。
 - 妊娠中・授乳中の方、豊胸術後の方、ペースメーカー挿入中の方は受診できません。

※県内の新型コロナウイルス感染症の状況を考慮し、やむを得ず中止させていただく場合があります。

当施設でのJ.M.Sについてのお問合せ
JA広島総合病院 健康管理センター
TEL0829-36-3111(代)
受付時間: 平日13時~16時

参考 広島県公式HP <https://www.pref.hiroshima.lg.jp>
公益財団法人 日本対がん協会 <https://www.jcancer.jp>
国立がん研究センター がん情報サービス <https://ganjoho.jp>
10月第3日曜日に乳がん検診を受けられるJ.M.S(ジャパン・マンモグラフィ・サンデー)
<http://jms-pinkribbon.com>

JA広島総合病院 健康管理センター
広島県廿日市市地御前1-3-3 TEL0829-36-3111(代表)

今月の
回答者



2種のみそ味で楽しむ 大長ナスのオイル焼田楽

まつだ・れいこ ●広島を中心に全国各地で料理講習会を手がける。現在はJA家の光全国講師、中国新聞文化センター講師、アトリエ・レイコ主宰の他、テレビ・ラジオ・講演など幅広く活躍中。



- | | | | |
|-----------|----------------|------------|--------------|
| 材料
4人分 | 大長ナス…2本(約600g) | 赤みそ…80g | 生みそ…80g |
| | サラダ油…大さじ3~4 | 砂糖…大さじ2 | 砂糖…大さじ6 |
| | けしの実…適量 | みりん…大さじ2 | 酒…大さじ4 |
| | 青じそ…適量 | 水…大さじ4 | おろしショウガ…大さじ½ |
| | | しょうが汁…大さじ½ | |

《下ごしらえ》

大長ナスはヘタを付けたままにしてフライパンに合わせた長さになる。上部の皮をピーラーで1~2回そぎ、鹿の子に切り目を入れる。青じそは千切りにする。

《作り方》

- ①赤みそはしょうが汁以外、生みそはおろししょうが以外をそれぞれ小鍋に入れて弱火にかけ、鍋底が見えるまで練るように混ぜる。火を止めて、しょうが汁とおろししょうがをそれぞれに加えてひと混ぜする。
- ②フライパンに油を熱し、切り目を入れた方を下にしてナスを入れ、両面を強火でこんがり焼く。
- ③ナスの上に①を塗り、仕上げに赤みその方はけしの実、生みその方は青じそをのせる。

One Point



皮にも栄養が含まれるナスをまるごと食べてほしいので、皮はみそをのせる部分だけをピーラーで剥きましょう。

