

乳がんは、女性がんの1位

日本人女性の20人に1人が乳がんになると言われており、壮年層（30歳から60歳まで）のがん死亡原因の第1位となっています。

乳がんは早期に発見・治療することで高い確率で治る病気です。そのため、まず自分の乳房について学び、変化に気づくようになることです。また、定期的に検診を受けるようにして、早期発見に努めることが大切です。

当院では乳腺外来を木曜日に行っています。また、高島市に在住の40歳以上の女性については、個別に乳がん検診を実施していますので、受診を希望される方は市役所健康推進課、または各保健センター（朽木は朽木支所）にお問い合わせください。

マンモグラフィ検査

Q&A

Q1 マンモグラフィとは…

乳がんを診断する方法のひとつで、乳房のX線撮影のことです。乳房は柔らかい組織でできていて、専用のX線撮影装置（マンモグラフィ）を使用して撮影します。このマンモグラフィで触ってもわからないような早期の小さな乳がんやしこりを作らない乳がん、非常に微細な石灰化も見つけ出すことができます。



乳がん早期発見は検査から

マンモグラフィ検査を受けてください

Q2 撮影方法は…

乳房を左右別々に斜め方向と上下方向の2方向で撮影します。乳がん検診では斜め方向のみの1方向で撮影することもあります。撮影の際、乳房を体から離すように引っ張り、透明な板で強めに押さえて圧迫し撮影します。

Q3 圧迫するのは…

乳房を圧迫することで乳房内部の構造が分かりやすくなります。良い写真を撮るために圧迫は重要です。また、圧迫すると乳房が薄くなるため少ない線量で撮影することができます。圧迫による痛みには個人差がありますが、リラックスタイプとして力を抜くと痛みが和らぎやすいようです。

Q4 放射線被ばくは…

X線を用いた検査なので放射線被ばくがありますが、人体に及ぼす危険性は、ほとんどないと考えられています。1回の撮影で受ける放射線量は、東京からニューヨークへ飛行機で行くときに浴びる自然放射線（宇宙線）の約半分と言われています。



公立高島総合病院
☎(36)0220(代)

国民年金保険料を納めましょう

平成23年度の国民年金保険料額は、1か月15,020円

国民年金の保険料を納めないままにしておく、将来の老齢基礎年金、病気やケガで障がい者となった場合の障害基礎年金、遺族基礎年金が受けられないことがあります。

まだ納付されていない方は、納付書をご用意のうえ、至急お近くの金融機関、郵便局またはコンビニエンスストアの窓口で納付してください。

また、納め忘れがなく、納付の



一日年金相談所

大津年金事務所では、「予約制による年金相談」を、次の日程で開催します。

日時 12月22日(木) 10時～16時
場所 安曇川公民館
申込方法 予約専用電話でお申し込みください。

【電話】大津年金事務所
☎077-521-1489
平日8時30分～17時

※この電話では予約以外のご用件はお受けできません。
※予約受付は、定員になり次第、締め切ります。

納めた国民年金保険料は全額が社会保険料控除の対象です！

国民年金保険料は所得税法および地方税法上、健康保険や厚生年金などの社会保険料を納付した場合と同様に、社会保険料控除としてその年の課税所得から控除され、税額が軽減されます。

また、ご自身の保険料だけでなく、配偶者やご家族の負担すべき国民年金保険料を納めた場合も合わせて控除が受けられます。

なお、平成23年中に納付した国民年金保険料については、社会保険料控除を受けるためには年末調整や確定申告を行うときに、保険料を支払ったことを証明する書類の添付が必要です。

このため、国民年金保険料を納付された方には、日本年金機構から「社会保険料(国民年金保険料)

