



BreastScreen
Aotearoa

日本語 (Japanese)

乳がん検診

BreastScreen Aotearoaへの加入

TimeToBreastScreen.nz

乳がん検診とがん

ニュージーランドの女性に最も身近な乳がんを診断するため、2年に1度乳がん検診を受けることができます。

発症前に早期発見することで多くの女性の命が救われています。ほとんどの乳がんは、増殖や転移の前に発見して適切に治療すれば、長期生存や治癒が期待できます。

マンモグラフィ検査とは

マンモグラフィは乳房レントゲン検査です。乳房の内部構造をデジタル画像に映し出し、乳がんの前兆がないかどうか確認します。



検査時は、乳房を片方ずつ2枚のプラスチック板で挟んだ状態で鮮明な画像を撮影します。所要時間はそれぞれ1分程度です。検査前に上半身を脱衣して検査用のマントやガウンに着替えるよう指示されます。

全国各地のBreastScreen Aotearoa提携クリニックと移動検診車でマンモグラフィ検査を実施しています。加入条件を満たす女性には自動的に検診のご案内が郵送されます。加入と受診に費用はかかりません。

早期発見が最大の防御です。



Scan the QR code to access available translations of BSA brochures into languages other than English and formats including Braille, audio, Large Print, Easy Read and NZSL.

無料ダイヤル

0800 270 200

BreastScreen Aotearoaとは

BreastScreen Aotearoaは、がんの前兆を早期発見するため全国各地で実施されている無料の乳がん検診プログラムです。

乳がんの自覚症状がない女性を対象に、現在は2年おきにマンモグラフィ検査(乳房レントゲン検査)を提供しています。

BreastScreen Aotearoaへの加入と受診予約

BreastScreen Aotearoaプログラムの加入条件を満たす女性には、受診時期に電子メール、SMS、郵送のいずれかで検診のご案内を送付しています。次のいずれかの方法で加入と予約の手続きができます。

- 検診のご案内に記載されている**安全な個別リンク**からオンライン手続きをします。
- 無料ダイヤル(0800 270 200)でもお申し込みを受け付けています。

加入条件を満たしているはずなのに検診のご案内が届かないという方は、無料ダイヤルへお問い合わせいただくか、**TimeToBreastScreen.nz**から加入手続きを行ってください。

加入資格

BreastScreen Aotearoaへの加入条件は以下の通りです。

- 45歳から69歳までの女性(事情に応じて74歳まで)
- 乳がんの症状がない
- 過去12ヶ月間にマンモグラフィ検査を受診していない
- 妊娠していない
- ニュージーランド公的医療制度の対象者¹
- 乳がん治療後5年以上経過している

加入条件を満たさない方は、罹患リスクについてかかりつけの医師やハウオリ医療関係者にご相談ください。ふだんから乳房のセルフチェックを欠かさず、何らかの変化に気づいたらできるだけ早い段階で診察を受けてください。

授乳中の方は、検診の予約時に担当者へその旨をお知らせください。

¹ ニュージーランドの公的医療・障がい者支援制度の対象者については、tewhatuora.govt.nz/corporate-information/our-health-system/eligibility-for-publicly-funded-health-servicesをご確認ください。

検診対象年齢枠の拡大

BreastScreen Aotearoaは、検診対象者の年齢枠を拡大する取り組みの手始めとして、70歳と74歳の女性を検診対象に含めます。

毎年10月に年齢枠を1歳ずつ拡大し、2029年10月までには70歳から74歳までの全女性が対象に含まれる予定です。

ニュージーランド全国

(ネルソンとマールボロを除く)

2025年10月以降:

- 2025年10月1日以降に70歳になる方は、75歳になるまで2年おきに無料のマンモグラフィ検査を受診できます。
- 2025年10月1日以前に70～74歳になる方は、74歳のときに最後の検診を受診できます。

ネルソンとマールボロ

2024年10月以降(ネルソンおよびマールボロにお住まいの方のみ):

- 2024年10月1日以降に70歳になる方は、75歳になるまで2年おきに無料のマンモグラフィ検査を受診できます。
- 2024年10月1日以前に70～74歳になる方は、74歳のときに最後の検診を受診できます。

これらの変更に関する詳細は、**TimeToBreastScreen.nz**をご覧ください。どうか、無料ダイヤル(0800 270 200)までお問い合わせください。

あなたの選択肢

BreastScreen Aotearoaへの加入は個人の意思が尊重され、いつでも登録抹消できるだけでなく、加入条件を満たす間はいつでも再加入できます。

同プログラムに未加入でも、マンモグラフィ検査を受診することはできますが、費用は自己負担になることもあり、検査結果がBreastScreen Aotearoaの記録に残されることもありません。

本パンフレットおよび**TimeToBreastScreen.nz**の情報をもとに加入をご検討ください。また、かかりつけの医師や看護師、ハウオラ医療関係者、無料ダイヤル(0800 270 200)でもご相談に応じています。

予約手続きや受診の際のサポートが必要な方には、支援サービスをご用意しています。地域によっては、マオリ系または太平洋諸島系の医療関係者を指定することもできます。

詳しくは、**info.health.nz/keeping-healthy/cancer-screening/screening-support-services-in-aotearoa-new-zealand**の**Screening Support Services**(検診サポートサービス)をご覧ください。

ご理解ください

命を救う乳がん検診

マンモグラフィ検査は、触診や視診では発見できない段階で乳房内部の病変を発見できるため、早期診断に役立ちます。小さながん細胞を早期に発見できれば生存率が高まり、治療によって体にかかる負担も減る可能性があります。

ニュージーランドでは、乳がん検診でがんが発見された患者の死亡率が、プログラム未加入者に比べて低いことがわかっています。また、検診プログラムによって乳がんによる死亡者数は3割減少しています²。

多くの乳がん患者は、家族や親族に乳がん罹患者がいません。そのため、乳房の異変に気づくことや、マンモグラフィ検査の定期受診は、身内に乳がん罹患者がいるかいないかにかかわらず、すべての女性にとって重要です。家族歴がある方は、そうでない方に比べてリスクがやや高いかもしれません。

また、年齢とともにリスクは高まります。

治療の負担が少ない

初期段階で乳がんが発見されれば、身体的負担の少ない治療を選ぶ可能性があります。特に、乳がん以外にも深刻な健康状態を抱える高齢者にとって、この点は重要です。

効果が実証されたがん検診

マンモグラフィ検査は、8～9割の確率でがん細胞を発見します。

しかし、ふだんから乳房に何らかの異変がないかをセルフチェックし、少しでもおかしいと思ったら直ちに診察を受けてください。

悪性？良性？

マンモグラフィ検査は、X線検査以外では見つけられないほど極小のがん細胞を発見できますが、中には生命を脅かすほど悪性化しないものがあります。乳がん以外にも深刻な健康状態を抱える高齢者の場合、人によっては検診で発見されたがん細胞をそのままにしても、生涯にわたって悪性化しないことがあります。

しかし、悪性化するがん細胞だけを特定することはできないため、発見されたすべてのがん細胞に対して治療選択肢を提供します。治療オプションについては専門医がご相談に応じます。

マンモグラフィ検査で発見されないがん細胞

マンモグラフィ検査でも一部のがん細胞を見落とす可能性はあり、次の検診までにがんが発達する可能性があります。検査結果では異常がなくても、どこかにがん細胞が隠れていることはあります。一般的に、若い女性とは乳房の組織構成が異なる高齢者の場合、乳がんは発見しやすいとされています。

乳腺が多い高濃度乳腺（デンスブレスト）は、がん細胞が発見しにくいいため、Health New Zealand | Te Whatu Ora（保健局）では、AI技術を駆使した乳房密度測定法の導入を検討しています。

ふだんから乳房の状態を観察し、見た目や触感が変わっていないかどうかセルフチェックすることが大切です。

乳がんの前兆：

- 胸や脇の下に今までになかったしこりがある
- 胸の形やサイズの変化
- 乳房の皮膚の変化（くぼみ、ひきつれ、肥厚）
- 乳首の変化（陥没、ただれ、今までにないかゆみ）
- 乳首からの分泌物または出血
- 消えない赤み
- 痛みが続く

これらの症状に気づいたら、次のマンモグラフィ検査まで待たずにできるだけ早く診察を受けてください。

放射線

あらゆるX線撮影検査と同様、マンモグラフィ検査でも少量の放射線に被ばくしますが、悪影響を与える可能性は低いです。

痛みと不安

乳がん検診は、一部の女性にとって不快や痛みを伴うだけでなく、検査結果に不安を抱く方もいることでしょう。検査当日は付添人を同行できます。

詳しくは、医師、看護師、ハウオラ医療関係者にご相談いただくか、

TimeToBreastScreen.nzをご覧ください。



BreastScreen
Aotearoa

Health New Zealand
Te Whatu Ora

Te Kāwanatanga o Aotearoa
New Zealand Government