

# 忘れずチェック✓がん検診

あなたの健康を守る第一歩、がん検診を受けましょう！

✓	肺がん検診	40歳以上1年に1回
✓	大腸がん検診	40歳以上1年に1回
✓	胃がん検診	50歳以上2年に1回
✓	乳がん検診	40歳以上2年に1回
✓	子宮頸がん検診	20歳以上2年に1回※



埼玉県マスコット  
コバトン&さいたまっちゃん

※子宮頸部の細胞診の場合。HPV検査単独法の受診間隔・受診方法等の詳細については、お住いの市町村のがん検診担当窓口にお尋ねください。



がん検診は、市町村から委託を受けた医療機関などで受けることができます。  
詳細はお住まいの市町村のがん検診担当窓口にお尋ねください。

お問合せ先 埼玉県保健医療部疾病対策課がん対策担当

☎048-830-3599 ✉a3590-06@pref.saitama.lg.jp

市町村の  
がん検診窓口  
一覧はこちら



# がんを防ぐための新12か条

1

たばこは吸わない

2

他人のたばこの煙を避ける

3

お酒はほどほどに

4

バランスのとれた食生活を

5

塩辛い食品は控えめに

6

野菜や果物は不足にならないように

7

適度に運動する

8

適切な体重維持

9

ウイルスや細菌の感染予防と治療

10

定期的ながん検診を

11

身体の異常に気が付いたら、すぐ受診を

12

正しいがん情報でがんを知ることから