

体の組織による再建とインプラントによる再建の比較

	体の組織	インプラント
手術時間	4～10時間程度	2～3時間程度
入院期間	10日～2週間程度	3～4日（日帰りも可能）
傷痕	組織を取った部分に残る	乳房以外に残らない
体への負担	比較的大きく、社会復帰まで時間が掛かる	比較的小さく、早めに社会復帰できる
仕上がり	より自然な形で柔らかい。体温を感じる	自然な形を作るのが難しく、やや硬い。体温を感じない

一次再建と二次再建の長所・短所

	一次再建	二次再建
長所	<ul style="list-style-type: none"> 二次再建より手術の回数が少なく、身体的・経済的負担が少ない 乳房を失う喪失感が少ない 	<ul style="list-style-type: none"> 乳がん治療に専念できる 乳房の形の希望などをじっくり検討できる 乳がん手術とは別の医療機関で手術できる
短所	<ul style="list-style-type: none"> 乳房の形などの希望をじっくり検討できない 乳腺外科医と形成外科医の連携が不可欠で、医療機関の選択が重要 	<ul style="list-style-type: none"> 一次再建より手術回数が多く、身体的・経済的負担が大きい 乳房を失う喪失感が大きい

出典：アラガン・ジャパン株式会社（2015）「乳房再建をお考えの患者さんご家族の方へ」（一部修正）

市民病院通信

乳がんで失った乳房を再び 乳房再建術

市民病院管理課（☎56・3171）

乳がん後の人生のために

日本人女性が患うがんの中で最も多いのは、乳がんです。年間1万4千人以上の女性が亡くなり、25歳～64歳の死亡原因の1位です。

手術で乳房を失った後、「なくなった乳房を見られたくない」と不安や悩みを持つ患者さんが多くいます。乳がんは他のがんに比べ、治療後の生存率が高く、早期に発見・治療すれば高い確率で治りますが、手術後の生活への影響を小さくする治療が求められています。

乳房再建術

乳房を新たに作る「乳房再建術」により、患者さんの精神的な負担を軽減できます。日本では多くの場合、患者さん自身の体の組織を移植して再建してきました。しかし、豊胸などで使用するブレスト・インプラント（シリコン型人工乳房）を埋め込んで行う再建に、25年から公的医療保険が適用されるようになったため、この方法で行う患者さんが増えています。インプラントによる再建の最大の長所は、患者さんの乳房以外の部位を傷付けないことです。体への負担が少なく、早く社会復帰できます。

後からでも手術は受けられる

乳房再建術を乳がん手術と同時に行うことを「一次再建」、乳がん手術後に一定の期間をおいてから行うことを「二次再建」と呼びます。乳房を失ってから時間が経っている方も乳房再建術を受けることができます。「子育てが一段落した」「退職して時間できた」方で、手術を検討している方は、乳腺外科または形成外科にご相談ください。

市民病院Q&A

Q

乳がんは早期発見が大切と聞きました。自分でできることはありますか。

診療放射線技師 池田江美子

A

20歳を過ぎたら、月1回のセルフチェックを習慣付けることが勧められています。月経開始から3日～7日後に行い、閉経後は日にちを決めて行ってください。定期的にチェックすれば、変化にいち早く気付くことができます。方法は次の①～④です。



- ①鏡で乳房をよく見る。両腕を上げたり下げたりし、皮膚にひきつれやえくぼがないか、左右の形や大きさに違いがないか確認する
- ②乳首を軽くつまむ。分泌物があるか確認する
- ③そろえた指の腹で乳房や腋を軽く押さえて滑らせる。せつけんを付けると滑りやすくなるため、入浴時に行うのがお薦め。豆やビー玉のような硬いしこりがないか確認する
- ④仰向けに寝た姿勢で乳房を触る。しこりがないか確認する

セルフチェックでしこりや分泌物、異常を発見したら、ためらわずに専門医の診察を受けてください。しこりにならない乳がんもあるため、エコーやマンモグラフィーによる乳がん検診の受診も必要です。セルフチェックと乳がん検診の受診が、早期発見につながります。

市民病院管理課（☎56・3171）

図書館ナビ

Library Navi

おすすめの新刊

社会科見学！ みんなの市役所
1階暮らしを守る仕事
著…オフィス303編/汐文社

市役所って何をやる所？ 市役所1階には市民が暮らしやすいように、さまざまな手続きをする窓口があります。この本ではたくさんある市の仕事のうち「暮らしを守る仕事」を紹介します。



7月の映写会

館名	対象	日時	タイトル
西尾市立図書館	小学生以下	14日(土) 午前10時30分	新・恐竜大進撃
	中学生以上	14日(土) 午後2時	あなたのママになるために
一色学びの館	中学生以上	28日(土) 午前10時	さよなら、アルマ
	小学生以下	28日(土) 午後2時	ニルスのおふしぎな旅3
吉良図書館	小学生以下	21日(土) 午後1時30分	うずらちゃんのかくれんぼ
	中学生以上	21日(土) 午後2時30分	ぼくのおばあちゃん
幡豆図書館	小学生以下	7日(土) 午前11時	学校の怪談 戦慄(せんりつ)の校外編
	中学生以上	7日(土) 午後2時	神谷玄次郎捕物控 Vol.3

7月の休館日

全館共通 2日(月)・9日(月)・23日(月)・30日(月)
各館 西尾市立図書館 (☎56・6200) …なし
一色学びの館 (☎72・3880) …なし
吉良図書館 (☎32・3400) …なし
幡豆図書館 (☎62・6588) …なし

7月のおはなし会

団体名など	対象	日時
▼西尾市立図書館		
よちよちさんのおはなし会	0～2歳児	12日(木)・26日(木) 午後3時30分
おはなしドキドキ	0～4歳児	10日(火)・24日(火) 午前10時30分
おはなしの会きらら	園児・小学生	7日(土) 午前10時30分
鶴城ボランティアーズ	園児・小学生	21日(土) 午後3時
水曜おはなし会	どなたでも	4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水) 午後3時30分
紙芝居のおはなし会	どなたでも	28日(土) 午前10時
▼一色学びの館		
ラッコランド	0～1歳児	19日(木) 午前11時
めそっこランド	2～3歳児	12日(木) 午前11時
土曜日のおはなし会	園児・小学生	7日(土)・14日(土)・21日(土) 午前10時30分
▼吉良図書館		
おはなしキラキラ	0～4歳児	4日(水)・18日(水) 午前10時30分
ひよこランド	2～4歳児	11日(水)・25日(水) 午前10時30分
よみきかせ会	園児・小学生	1日(日) 午前10時30分
土曜お話し会	園児・小学生	14日(土) 午前10時30分
おはなしくるりん	園児・小学生	18日(水) 午後4時
▼幡豆図書館		
いちごおはなし会	0～1歳児	24日(火) 午前10時45分
おはなしぴょーん	2～3歳児	3日(火) 午前10時45分
幡豆よみきかせの会	園児・小学生	8日(日)・22日(日) 午前10時30分
はずっこおはなし会	園児以上	17日(火) 午後4時10分

児童館だより 7月

内容	対象	日時など
▼中央児童館 (☎57・5661)		
ちびっこ集まれ ※12日(木)は要予約	0～3歳	5日(木)…0歳児ふれあい遊び 12日(木)…ちびっこ夏まつり 19日(木)…リズム遊び 午前10時30分～11時
手遊び・体操・お話・絵本	0～3歳	火・水・金曜日 午前10時30分～10時45分
おもしろ遊び(夏まつり)	小学生	21日(土) 午後2時～2時30分
制作(キラキラバッジ)	幼児～小学生	火～日曜日 午後3時30分～4時
卓球	小学生以上	土・日曜日・夏休みは午後1時～4時20分、火～金曜日は午後3時～4時20分
▼吉良児童館 (☎32・1191)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	6日(金)…エアポリン 13日(金)…絵本・手遊び 20日(金)…親子体操 27日(金)…さかなつり 午前10時30分～11時
誕生会 ※要予約	0～3歳	4日(水) 午前11時～11時15分
空き缶積み	幼児～小学生	14日(土) 午前10時30分～11時
エアポリン	幼児～小学生	21日(土) 午前10時30分～11時

- 就学前のお子さんが参加する場合は、保護者同伴でお越しください。
- 詳細は各施設に、直接お問い合わせください。
- 児童館全般については、子育て支援課こども福祉担当 (☎65・2108) へ。

内容	対象	日時など
▼一色児童センター (☎74・2800)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	4日(水)…笹飾り 11日(水)…リズム遊び 25日(水)…水遊び 午前10時30分～11時
パパと作って遊ぼう (シャボン玉)	幼児～小学生と父親	7日(土) 午前10時30分～11時30分
たくさん積もう	幼児～小学生	16日(水) 午前10時30分～11時30分
バルーン作り	幼児～小学生	21日(土) 午前10時30分～11時30分
キラ☆キラバッジ	幼児～小学生	毎週土曜日 午前10時～11時、午後2時～3時
▼幡豆児童館 (☎63・0131)		
ちびっこ集まれ	0～3歳	6日(金)…リズム遊び 13日(金)…夏のお楽しみ会 20日(金)…身体測定 午前10時30分～11時
新聞で遊ぼう	年少～小学生	15日(日) 午前10時30分～11時
制作	年少～小学生	火～日曜日 午後4時～4時30分 土・日曜日・祝日 午前11時～11時30分
絵本・手遊び・体操	0～3歳	火～木曜日 午前11時～11時15分