

乳房を意識する生活習慣

ブレスト・アウェアネス セミナー 2026

開催日
10/24
sat

ブレスト・アウェアネスとは？

日頃から自分の乳房の状態に関心を持つこと。
自分の乳房へ意識を向けることで、その変化に
気づき、乳がんの早期自覚・発見に
つなげることが目的です。

開催時間 **14:00～16:00** 開場 13:30

開催場所 はりま姫路総合医療センター
教育研修棟 1 階 講堂

参加費 **無料**

参加申込は
こちらから



第1部 「乳がん検診、受けてみませんか ～自分を守り、家族のために～」

講師 はり路聖マリア病院 副院長・乳腺外科部長
丸山 修一郎先生

「検診は痛そう」「自分にはまだ関係ないかも」—
そんな不安や疑問を、乳がん専門医がやさしくわかりやすく
解説します。乳がん検診の流れや内容、早期発見の大切さを
知り、安心して一歩を踏み出せるセミナーです。

第2部 「みんなでやってみよう！ ブレストアウェアネス」

～自分のからだを知ることから始めよう～

講師

姫路赤十字病院 乳がん看護認定看護師
三木 利恵さん
姫路赤十字病院 がん看護専門看護師
山根 美代子さん
はりま姫路総合医療センター
がん看護専門看護師 **松本 仁美さん**
県立こども病院・はりま姫路総合医療センター
認定遺伝カウンセラー **谷口 真紀さん**
姫路市保健所 予防課係長 **中岡 由美さん**

専門講師からセルフチェックのポイントや、
気になる変化への気づき方を、実践を交え
ながら楽しく学びます。

主催 **ピンクリボンひめじ
スマイルプロジェクト
2026**

構成 ピンクリボンひめじ・播磨リビング新聞社・
認定NPO法人コムサロン21・ソライロ・
ひとネットワークひめじ

後援 兵庫県中播磨県民センター（申請中）
姫路市 姫路市医師会 播磨経営者協会

開催場所



■ 立体駐車場をご利用の方

★エレベーターで1階へ降り、
外側の通路をご利用ください。
※1階駐車場内は車両の通行がありますので、
十分ご注意ください

■ アクリエ側から

連絡デッキをご利用の方
連絡デッキ●東側の階段を利用し、
1階へお降りください。

◆ ご注意下さい

薬局側エレベーターで1階へ降りられた
場合、病院休診日のため入口は閉まって
います。利用できません。

当事業は、兵庫県中播磨県民センターの「地域づくり活動応援事業（地域躍動推進費）」を活用して実施しています。