



Pink Ribbon Festival

ピンクリボンフェスティバル

ピンクリボンフェスティバルでは、誰もが自分らしく、ずっと笑顔で暮らせるように。乳がんで命を落とす方が一人でも減るよう、乳がんに関する正しい情報を提供し、ブレスト・アウェアネス（乳房を意識する生活習慣）を広め、乳がん検診受診率の向上を目指し、さらに、患者さんとそのまわりの人たちを支える活動に取り組みます。

マングで知る

ブレスト・アウェアネス

登場人物



アスカ

20代後半の会社員。
日々のスキンケアや
ボディケアを大切に
している美容好き。
最近ちょっと体の変化が
気になるけれど、忙しい
毎日でつい後回しに
しがち。

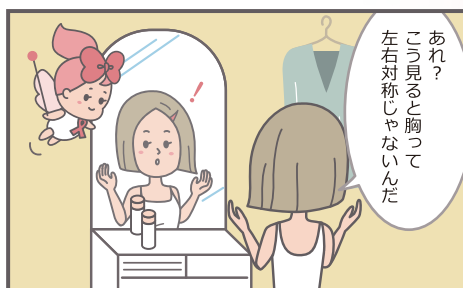


ブレストちゃん

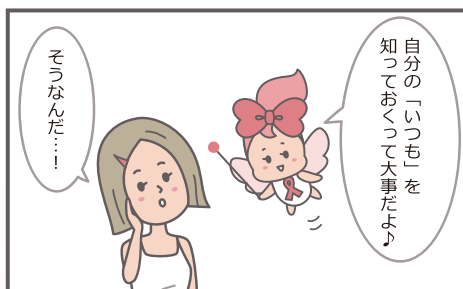
ピンクリボンの妖精。
胸の健康の大切さを
そっと教えてくれる
“ゆるっとナビゲーター”
おっとりやさしく、
いつもアスカを見守っ
ている存在。



今日も一応
チェックしてみよう



あれ？
こう見ると胸って
左右対称じゃないんだ

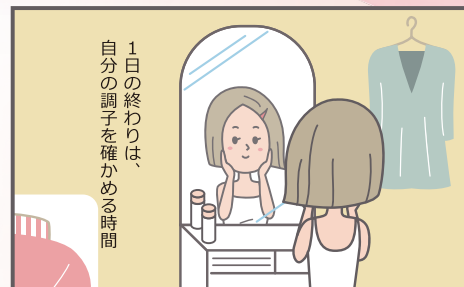


そうなんだ…！

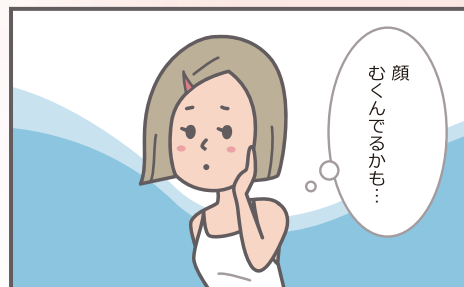
自分の「いつも」を
知っておくって大事だよ



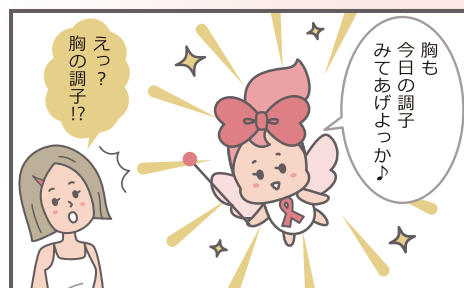
翌日の夜



1日の終わりは、
自分の調子を確認する時間

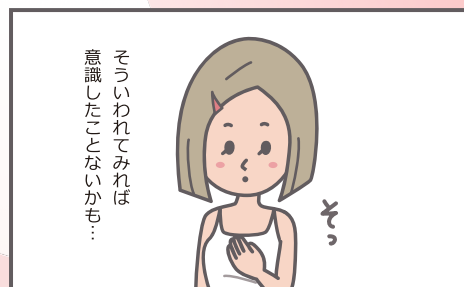


顔
むくんでるかも…



えっ？
胸の調子！？

胸も
今日の調子
みてあげようか



そういわれてみれば
意識したことないかも…



みて、さわって、感じてみてね♪

気軽にブレストチェック

「いつもと変わりがなければ」というキモチで

みる



鏡の前で
色や形を
みてみる

さわる



指を揃えて
なでるように
全体を
さわってみる

感じる



違和感が
ないかを
意識して
感じる

スキンケアとかと同じで、
胸も調子を見るってことだね



Point!

バスタイムやボディケアの時に、
乳房も一緒に意識してみてね♪
習慣にしておくと、ちょっとした
違いに気づけるよ♪

エピソード1

わたしのルーティン

ピンクリボンフェスティバル
公式サイト
<https://pinkribbonfestival.jp/>

