



検診のおしらせ

■問合せ 子育て健康課 健康推進係

集団検診

< 検診項目 >

- ・特定健診・後期高齢者健康診査
- ・生活保護受給者健康診査
- ・各種がん検診・肝炎ウイルス検査

※検診の内容により対象者が異なりますので詳しくはお問い合わせください。

実施日 / 場所	受付時間	持ち物
7月22日(日) 健康センター	6:45 ~ 8:00	<input type="checkbox"/> 健康保険証 <input type="checkbox"/> 特定または後期高齢者健診受診券 <input type="checkbox"/> 総合受診票
7月23日(月) 飛鳥会館(町居)	医師診察時間	
7月26日(木) 小和森多目的研修集会施設	7:00 ~	
8月9日(木) 向陽多目的研修集会施設	※お申込は各検診の10日前までにお願いします	
8月10日(金) 広船地区構造改善センター		
8月20日(月) 李平地区集落改善センター		
8月22日(水) 鳥海会館(沖館)		
8月23日(木) 唐竹多目的集会所		

婦人科検診

< 検診項目 >

- ・子宮頸がん検診(20歳以上の女性)
- ・乳がん検診(40歳以上の女性)

※平成31年3月31日までに20歳、40歳になる方も対象です。

実施日 / 場所	受付時間	持ち物
9月2日(日) 健康センター	9:00 ~ 10:00 優先時間 8:30 ~ 9:00	<input type="checkbox"/> 受診票
9月11日(火) 健康センター	12:30 ~ 13:30 優先時間 12:00 ~ 12:30	<input type="checkbox"/> バスタオル
9月25日(火) 尾上地域福祉センター		
個別	・子宮頸がん検診 内容:内診など ・乳がん検診 内容:マンモグラフィ(乳房X線写真)	指定医療機関で受診できます。 受診するには「平川市がん検診対象者証明書」が必要です。

●お申し込みは随時受け付けております。集団検診は空きがありますので、是非この機会にお申しください(集団検診は定員になり次第締め切ります)。



母子のおしらせ

■問合せ 母 …子育て健康課 母子保健係 包 …子育て健康課 子育て世代包括支援係

母

体重測定、育児相談、離乳食の講話、試食、親子遊びなど

対象/妊娠中、子育て中の方など
 日時/8月23日(木) 10:00 ~ 11:30 <要予約>
 場所/健康センター
 持ち物/口母子健康手帳 口筆記用具 口バスタオル
 口小皿、スプーン(離乳食を試食する方)



包

母乳ケア

1回 500円

対象/妊産婦の方
 日時/予約制 ※各日・前日締切
 8月7日(火)・8月21日(火)
 ① 10:00 ② 11:00
 ③ 13:00 ④ 14:00
 場所/健康センター
 持ち物/口母子健康手帳 口フェイスタオル
 (使用済のタオルを入れる袋もご用意ください)

母

健康診査
乳幼児

種別	対象	実施日	受付時間	持ち物
4か月児健診	平成30年3月生まれ	8月21日(火)	12:20 ~ 12:40	口母子健康手帳
1歳児健診	平成29年7月生まれ	8月22日(水)	12:10 ~ 12:30	口バスタオル
1歳6か月児健診	平成28年12月生まれ	8月29日(水)	12:20 ~ 12:40	口健康診査問診票
3歳児健診	平成26年12月生まれ	8月10日(金)	11:50 ~ 12:20	口尿(3歳児のみ)

※伝染性疾患または熱のある方は日程を変更いたしますので、係までご連絡ください。
 ※3歳児健診は3歳6か月~7か月児が対象となります。
 ※各健診対象者には個別に通知します。健診は無料です。



母 包

母子健康手帳交付時に、保健師より妊娠中の過ごし方、妊婦健診などの説明や相談を行っています。

妊婦窓口相談
母子健康手帳の交付

日時/場所/持ち物	健康センター / 8:15 ~ 17:00
① 妊娠届出書(医療機関から発行)	
② 妊娠連絡票(県内の医療機関を受診した方のみ)	
③ 保険証(国保の場合のみ)	
④ 個人番号カードまたは通知カードと本人確認書類(運転免許証など)	

※母子健康手帳は尾上・碓ヶ関総合支所でも交付していますが、妊婦窓口相談は健康センターのみとなりますので、可能な限り健康センターへお越しください。
 ※妊婦以外の方が来所される場合は、委任状が必要になりますので、ご連絡ください。

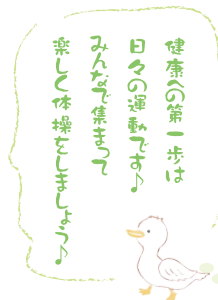


介護予防教室 | 転倒予防を目的とした足腰の筋力アップのための体操教室に参加してみませんか。

実施日	時間	場所	申込先
8月8日(水) 8月15日(水) 8月22日(水) 8月29日(水)	10:00～11:30	館田地区農業推進拠点施設	三笠在宅介護支援センター ☎44-8877
8月10日(金) 8月23日(木)	14:00～15:30	特別養護老人ホーム緑青園	平賀在宅介護支援センター ☎44-6116
8月7日(火) 8月21日(火)	13:30～15:00	碓ヶ関地域福祉センター	碓ヶ関在宅介護支援センター ☎45-2182
8月7日(火) 8月28日(火)	10:30～12:00	尾上地域福祉センター	尾上在宅介護支援センター ☎57-5351
8月4日(土) 8月18日(土)	13:00～15:00	特別養護老人ホームさわやか園	在宅介護支援センターさわやか園 ☎43-5432

体カアップ運動教室 | 「体力・足腰の筋力アップ」「認知症予防」を目的とした初心者向けの楽しいプログラムです。各教室の定員はありませんので、参加してみませんか。

実施日	時間	場所	申込先
8月7日(火) 8月21日(火) 8月28日(火)	14:00～15:00	平賀体育館	平賀体育館 ☎44-5010
8月8日(水) 8月22日(水) 8月29日(水)	14:00～15:00	B&G尾上体育館	



相談・サロン・その他

●こころとからだの相談

「これって、うつ?」「眠れない」「お酒がやめられない」「ひどく落ち込む…」などの生活上の困りごとや福祉サービスの利用などについて、精神保健福祉士が相談に応じます。

日時・場所

▷8月8日(水)…13時30分～15時30分
／健康センター相談室③

▷8月22日(水)…13時30分～15時30分
／尾上地域福祉センター相談室

※当日のご相談も受け付けております。
(事前申し込み優先)

申込み・問合せ 福祉課 障がい支援係

●傾聴サロン

誰かとゆっくり話したい、悩みを聴いてほしい、自分のことを分かってほしいなど、あなたは誰かに聴いてほしいことはありませんか?

養成講座で研修を積んだ傾聴ボランティアが、あなたのお話をお聴きします。秘密は厳守します。どなたでもお越しください。

日時 7月13日(金) 13時～15時

※時間内に随時

場所 健康センターふれあい交流室

問合せ 子育て健康課 健康推進係

●困りごと相談

最近食欲の低下やよく眠れない方、消費者金融からの借金にお悩みの方、親子関係でお悩みの方、振り込め詐欺や架空請求の被害でお困りの方など、司法書士、精神保健福祉士があらゆる相談に応じます。

日時 7月18日(水)、8月22日(水)

18時～19時20分

※1週間前までに要予約

場所 健康センター相談室③

申込み・問合せ

子育て健康課 健康推進係

●とんぼの会

精神疾患を抱える方のご家族が自由に話し合い、学習しながら交流を深められるよう、毎月第2火曜日に家族会を開催しておりますが、8月は都合によりお休みとなります。9月は11日(火)10時～12時に開催予定です。

問合せ 福祉課 障がい支援係

●弘前保健所からのお知らせ

弘前保健所では各種相談・検査を実施します。

▷ウイルス性肝炎検査

8月1日(水) 10:30～11:30

▷エイズ相談(即日検査・予約制)

※エイズ相談専用電話 ☎38-2389

8月1日(水) 13:00～14:00

8月15日(水) 17:30～18:30

▷女性健康相談

7月25日(水) 13:00～13:30

▷精神保健福祉相談(予約制)

8月9日(木) 13:00～14:00

8月21日(火) 13:00～14:00

相談・検査をお考えの方や詳細については弘前保健所までお問い合わせ、お申し込みください。

申込み・問合せ

弘前保健所 ☎33-8521

