



検診のおしらせ

[問合せ] 子育て健康課 健康推進係

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。

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」またはクーポン券が必要です。

※市の子宮頸がん・乳がん検診は2年に1回無料で受診できます。
※がん検診対象者証明書の入手方法についてはお問い合わせください。

健康推進係からのおしらせ

○一部対象者に送付した
無料クーポン券について

有効期限
2月28日(木)

クーポン券の有効期限は2月28日(木)です。今後は予約などで混み合うことが予想されますので、受診予定の方は早めに申し込み、検診を受けましょう。なお、クーポン券を紛失された場合は再発行いたします。
※クーポン券で受診の場合、「証明書」は不要です。

○保健協力員が平成31年度集団検診の周知に伺います。

3月中旬に、赤いジャンパーを着た各町会の保健協力員が、各家庭を訪問して、集団検診のお知らせと申込書を配布します。お知らせの内容をご確認いただき、対象の検診を申し込みください。



母子のおしらせ

[問合せ] 子育て世代包括支援センター (子育て健康課内)
▷母子保健係、子育て世代包括支援係

子育て世代包括支援センター

妊娠期から子育て期まで、子育て世代の身近な相談窓口として、子どもを産み育てることを楽しいと実感できるようお手伝いします。

すくすく広場

対象/妊娠中、子育て中の方など
場所/健康センター
日時/3月14日(木) <要予約> ※前日締切。
①10:00~11:30 体重測定、育児相談など
②10:30~11:00 親子遊び
③11:00~11:30 離乳食のお話と試食
※お好きな時間においでください。
持ち物/□母子健康手帳 □筆記用具 □バスタオル
□小皿、スプーン (離乳食を試食する方)



母乳ケア

1回
500円

対象/妊産婦の方
場所/健康センター
日時/3月5日(火)・3月19日(火)
①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00
持ち物/□母子健康手帳 □フェイスタオル3枚
(使用済みのタオルを入れる袋もご用意ください)

<要予約>

※各日・前日締切。

乳幼児健康診査

種別	対象	実施日	受付時間
4か月児健診	平成30年11月生まれ	3月26日(火)	12:20~12:40
1歳児健診	平成30年3月生まれ	3月13日(水)	12:10~12:30
1歳6か月児健診	平成29年8月生まれ	3月20日(水)	12:20~12:40
3歳児健診	平成27年8月生まれ	3月8日(金)	11:50~12:20

場所/健康センター
持ち物/□母子健康手帳
□バスタオル
□健康診査問診票
□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。

妊婦窓口相談
母子健康手帳の交付

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、助産師による面談を行っています。

場所/時間/持ち物	健康センター/8:15~17:00
□妊娠届出書(医療機関から発行)	
□妊婦連絡票(県内の医療機関を受診した方のみ)	
□保険証(国保の場合のみ)	
□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。



献血のおしらせ

[問合せ] 子育て健康課 母子保健係

項目/全血献血 日にち/3月3日(日)

場所	時間
イオンタウン平賀	10:00~11:45
ショッピングセンター	13:00~16:00

持ち物
□献血カード(献血手帳)
□本人確認書類(運転免許証など)
※本人確認書類は、前回までに提示していれば不要です。



相談・サロン・その他

●傾聴サロン

誰かとゆっくり話したい、悩みを聞いてほしい、自分のことを分かってほしいなど、あなたは誰かに聞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 3月6日(水) 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 3月13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、家族会を開催しております。

日時 3月12日(火) 10時～12時

内容 情報交換 場所 健康センター会議室

※定例会は毎月第2火曜日に開催予定です。

※日程・場所など変更の可能性もありますので事前にお問い合わせください。

問合せ 福祉課 障がい支援係

●脳卒中県民公開講座

～高血圧や脈の乱れが影響する脳卒中～

青森県の脳血管疾患による死亡者数は、年間1,700人程度で減少傾向にあります。

しかし、平成27年年齢調整死亡率によると、男性は全国ワースト1位、女性全国ワースト3位と、全国から見ると依然として高い状況です。

脳卒中は後遺症として麻痺が残った場合、予後の生活に影響を及ぼすため、発症予防のための生活習慣改善に取り組むことが大切です。そこで、脳卒中の発症原因となる高血圧や不整脈等の測定、発症後の速やかな受診、脳卒中の治療方法について講座を開催します。

講演「脳卒中の予防、発症から最新治療」

講師 弘前大学大学院医学研究科 脳神経外科学講座

教授 大熊 洋揮 氏

開催日 2月24日(日) 13:30～15:30

場所 弘前パークホテル(弘前市土手町126) / 4階 ラ・メウラ

☎31-0089

対象者 青森県民 参加料 無料

申込み 申し込みがなくても当日の参加はできますが、資料準備の都合上、できるだけ事前申し込み(氏名、電話番号)に協力をお願いします。

問合せ 青森県健康福祉部がん・生活習慣病対策課 健やか力推進グループ

☎017-734-9212(直通) FAX 017-734-8045

E-MAIL gan-seikatsu@pref.aomori.lg.jp



●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 3月6日(水)、3月20日(水)

13時30分～15時30分

場所 健康センター相談室③

※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

「こころとからだの相談」が
3月で終了となります



健康センターおよび尾上地域福祉センターで毎月実施していましたが「こころとからだの相談」は3月で終了となります。4月からの相談については、地域活動支援センターおらんどで応じますのでご利用ください。

■地域活動支援センターおらんど

(平川市館山前田80-4)

受付時間 平日9時～16時

※祝日、年末年始を除く

問合せ ☎44-0033

●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

3月6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

3月6日(水) 13:00～14:00

▷女性健康相談

2月27日(水) 13:00～13:30

▷精神保健福祉相談(予約制)

3月14日(水) 13:00～14:00

相談・検査をお考えの方、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