

検診のお知らせ 問 子育て健康課 健康推進係

婦人科検診 平川市では、婦人科検診を保険証に関係なく、2年に1回、無料で受けることができます。

<検診項目>・子宮頸がん検診(20歳以上の女性) / 内診など ・乳がん検診(40歳以上の女性) / マンモグラフィ(乳房X線写真)
 ※令和2年3月31日までに20歳、40歳になる方も対象です。 ※今年度の集団検診は終了しています。

個別検診の受け方

1. 子育て健康課に連絡し、「平川市がん検診対象者証明書」を発行してもらおう。
 ※証明書の期限は、発行した月を入れて3か月です。
 ※無料クーポン券(対象者へ9月に郵送)で受診の場合、「証明書」は不要です。
2. 受診したい医療機関に電話し、予約をする。
 ※医療機関一覧は、証明書同封のチラシをご参照ください。
3. 予約した日に以下のものを持参して受診する。
 持 身分のわかるもの(保険証など)
平川市がん検診対象者証明書
 または無料クーポン券

健康推進係からのお知らせ

保健協力員が令和2年度集団検診の申し込みに伺います。

3月中に、赤いジャンパーを着た保健協力員が、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、対象の検診の申し込みをお願いします。



保健協力員のみなさん

私たちが伺います！
 ご協力よろしく
 お願いします！



▶いとく平賀店にて「がん検診啓発」のためティッシュ配りを実施

●一部対象者に送付した無料クーポン券について

無料クーポン券(子宮頸がん・乳がん検診)の有効期限は2月28日(金)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、紛失された場合は再発行いたします。
 ※無料クーポン券で受診の場合、「証明書」は不要です。

●3月は、「自殺対策強化月間」です

ここ2週間、体重が3kg以上減った、気分が落ち込んでなかなか回復しない、眠れないなどありませんか？

誰かに相談できていますか？
 一人で悩まず、困りごと相談、傾聴サロンなどを利用しましょう。

SNSでの相談ができるサービスもあります

- 年齢・性別を問わず、LINE・チャットなどによる相談
 (一社)社会的包摂サポートセンター / (一社)全国心理業連合会 / NPO自殺対策支援センター ライフリンク / NPO地域生活支援ネットワークサロン
 【URL】「厚生労働省ホームページ」よりアクセスしてください。
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/s-eikatsuhogo/jisatsu/soudan_sns.html
- 18歳以下の子どもたちのためのチャット相談
 NPOチャイルドライン支援センター【URL】<https://childline.or.jp/chat>
 ※厚生労働省ホームページでは、この他にもサービスが掲載されています。



献血のお知らせ 問 子育て健康課 母子保健係 項 全血献血 日 3月1日(日)

場・時 イオンタウン平賀ショッピングセンター / 10:00~11:45、13:00~16:00 持 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。

有料広告

地球にやさしい
 情報化社会
 をめざして

since 1965

TEL 017-761-5303
 FAX 017-761-5313

ACS 株式会社 青森電子計算センター
 〒038-0031 青森市大字三内丸山393番地270

有料広告

今年も大人気! 天賞堂のパールは良いものが安い!!

パールフェア 好評開催中

19才 厄払い 結婚のお祝い 卒業式 入学式

特選パール2点セット (K・E7.5~8.0mm) 定価¥140,000(税別)の品 **¥69,800**(税込)

店内パール製品 オール **30~50% OFF**

弘前市代官町通り 0172-33-5016 <<ジュエリーオール半額コーナーも充実!!>>

母子のおしらせ

問 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にお手伝いします。

乳幼児健康診査〔種別/対象/実施日/受付時間〕

- 4か月児健診/令和元年11月生まれ/3月17日(火)/12:20~12:40
- 1歳児健診/平成31年3月生まれ/3月11日(水)/12:10~12:30
- 1歳6か月児健診/平成30年8月生まれ/3月18日(水)/12:20~12:40
- 3歳児健診/平成28年8月生まれ/3月6日(金)/11:50~12:20

場 健康センター

持 母子健康手帳 バスタオル
健康診査問診票 尿(3歳児のみ)



すくすく広場

対 妊娠中、子育て中の方など 場 健康センター 日 3月12日(木) 要予約 ※前日締切。

時 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 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

対 妊産婦の方で母乳育児を希望する方 場 健康センター 日 3月3日(火)・3月16日(月) 料 1回500円

時 ①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00 要予約 ※各日・前日締切。 ※1日4人限定。

持 母子健康手帳 フェイスタオル2枚

ぴれmamaのお産教室

対 妊婦さん 場 健康センター 日 3月5日(木) 時 10:00~11:30 要予約 ※前日締切。

持 バスタオル2枚 フェイスタオル1枚 母子健康手帳

産後mamaの子育て教室

対 生後3か月までの赤ちゃんがいる産婦さん 場 健康センター 日 3月19日(木) 時 13:30~15:30

要予約 ※前日締切。 持 バスタオル2枚 フェイスタオル1枚 母子健康手帳

母子健康手帳の交付

母子健康手帳交付時に、助産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おります。

場 健康センター 時 8:15~17:00

持 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)
※母子健康手帳の交付は、健康センターのみで行っております。
※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。



相談・サロン・その他

傾聴サロン

／こころが軽くなるおしゃべりサロンです。誰かとゆっくり話したい、悩みを聞いてほしいなど、あなたは誰かに聞いてほしいことはありませんか? 秘密は厳守します。どなたでも気軽に越しください。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。

日 3月4日(水) 時 13:00~15:00 ※時間内に随時。 場 健康センターふれあい交流室 問 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 3月10日(火) 時 10:00~12:00 ※定例会は毎月第2火曜日に予定しています。 場 健康センター相談室① ※日程・場所などが変更となる場合もありますので事前にお問い合わせください。 問 福祉課 障がい支援係

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 3月11日(水) 時 18:00~19:20 要予約 ※1週間前締切。 場 健康センター相談室③ 申・問 子育て健康課 健康推進係

弘前保健所からのお知らせ ~各種相談・検査日程~

申・問 弘前保健所 ☎33-8521

- ウイルス性肝炎検査/3月4日(水) 10:30~11:30
- エイズ相談(即日検査・予約制)/3月4日(水) 13:00~14:00
※エイズ相談専用電話 ☎38-2389
- 精神保健福祉相談(予約制)/3月12日(木) 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。]

