



検診のお知らせ

申・問 子育て健康課 健康推進係



集団検診

- ・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
- ※お申し込みは各検診の10日前までにお願いします。
※8月～9月の日程は、定員に達したため受付を終了しました。集団検診の受診を希望される方は、下記の日程にお申し込みください。

場 所	実施日
12月7日(月)	健康センター
12月9日(水)	尾上地域福祉センター
12月13日(日)	健康センター
12月14日(月)	碓ヶ関地域福祉センター (ハッピーハウス)

時 7:30～9:00

- 持 健康保険証 総合受診票
特定または後期高齢者健診受診券

婦人科検診

- ・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)
- ※定員に達すると申込を受け付けられなくなります。事前に電話などでご確認ください。
※令和3年3月31日までに20歳、40歳になる方も対象です。

集 団 健 診	
日 8月23日(日) 時 9:00～10:00	乳がん検診のみ優先時間 8:30～9:00 場 健康センター
日 9月3日(水) 時 12:30～13:30	乳がん検診のみ優先時間 12:00～12:30 場 尾上地域福祉センター
持 <input type="checkbox"/> 受診票 <input type="checkbox"/> 健康手帳(持っている方) <input type="checkbox"/> バスタオル	

個別健診 【指定医療機関で受けられます。】

- 子宮頸がん検診/内診など
 - 乳がん検診/マンモグラフィ(乳房X線写真)
- ※受診するには「平川市がん検診対象者証明書」が必要です。

相談・サロン・その他

健康推進係からのお知らせ

9月10日から16日は自殺予防週間です

気分の落ち込み、悩みごとによる食欲不振や体重の減少、不眠などが2週間以上続いていませんか？ ころや身体の変化を感じたら、下記の相談や傾聴サロンを利用してみてください。

傾聴サロン ころが軽くなるおしゃべりサロンです。誰かとゆっくり話がしたい、悩みを聴いてほしいなど、あなたは誰かに聴いてほしいことはありませんか？ 秘密は厳守します。どなたでも気軽にお越しください。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。 日時 9月2日(水) 13:00～15:00 ※時間内に随時。

場 健康センターふれあい交流室 申・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家族会を開催しています。

日時 9月8日(火) 10:00～12:00 場 健康センター会議室 内容 講演会 (講師 ARTIST GOMA氏)

※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。

日時 10月14日(水) 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

ころの相談日 気持ちが落ちこみ回復しない、悩みごとのせいで食欲がない、眠れないなど、ころの問題について精神保健福祉士がお話をうかがいます。ころの病気で治療していない方、初回相談者を優先します。相談料は無料です。

要予約 ※1週間前締切。 日時 9月9日(水)13:30～15:30 (1回2件まで) 問 子育て健康課 健康推進係

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2年5月生まれ/9月29日(火)/12:20～12:40 ●1歳児健診/令和元年9月生まれ/9月9日(水)/12:10～12:30 ●1歳6か月児健診/令和元年1～2月生まれ/9月23日(水)/12:20～12:40
- 3歳児健診/平成29年2月生まれ/9月4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 妊婦さん、子育て中の方など 場 健康センター 日 9月17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 9月8日(火)・9月28日(月)・10月6日(火)

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

ふれmamaのお産教室 対 妊婦さん 場 健康センター 日 9月3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ヶ月までの赤ちゃんがいる産婦さん 場 健康センター 日 9月24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、健康センターで行っています。

※本人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 子育て健康課 母子保健係 【全血献血】9月11日(金)

場・時 ①青森県立柏木農業高等学校 9:00～12:30 ②介護老人保健施設のぞみ 14:30～15:30

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、前回までに掲示していれば不要です。

弘前保健所からのおしらせ ～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/9月2日(水)10:30～11:30 ●エイズ相談(即日検査・予約制)/9月2日(水)13:00～14:00、9月16日(水)17:30～18:30 ※エイズ相談専用電話 ☎38-2389 ●精神保健福祉相談(予約制)/9月18日(金)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。]

市公式 SNS はもうご覧になっていますか? /

市では、市の知名度向上・魅力発信の為、日々プロモーション活動を行っています。SNSでは、より旬な情報や楽しい話題を随時発信していますので、SNSをご利用の方は、ぜひご覧ください。

担当の励みにもなりますので、フォロー、いいね!、シェアをよろしくお願いたします。



[問合せ] 総務課 広報広聴係 ☎44-1111 (内線1353)



Twitter ツイッター

アカウント名 @promo_Hirakawa



Instagram インスタグラム

アカウント名 @nostalgic.city.hirakawa



Facebook フェイスブック

アカウント名 @nostalgic.city.hirakawa