

健康ひろば

詳細は健康カレンダー
2024をご覧ください。配布場所
子育て健康課健康推進係
(本庁舎2階9番窓口)

検診のお知らせ

申・問 子育て健康課 健康推進係

LINE 申込 Web 申込



特定健康診査・後期高齢者健康診査

国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入している方を対象に、1年に1回無料で受けられる健康診査を実施しています。個別健診は令和7年1月末まで実施していますので、まだ受診していない方はぜひこの機会に健診を受けましょう！

個別健診の受け方

- 1 健康診査受診券を準備する。※再発行できます。
- 2 受診したい医療機関に電話し、予約をする。
- 3 予約した日に、健康保険証、健康診査受診券を持参して受診する。(医療機関一覧は、健康カレンダー、受診券に同封のチラシを確認してください。)

婦人科検診(個別)

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
※実施医療機関で受診できます。受診するためには子育て健康課が発行する「平川市がん検診受診対象者証明書」が必要です。

けんこう教室

問 高齢介護課 地域包括支援係

対象 65歳以上

介護予防教室

開催時間については、各在宅介護支援センターへお問い合わせください。

場 所	1月実施日	申込先
ひらかわ ドリームアリーナ	9日(木) 23日(木)	緑青園在宅介護支援センター ☎44-6116
旧葛川保育所	14日(火) 28日(火)	
館田地区農業 推進拠点施設	1班8日(水)22日(水) 2班15日(水)29日(水)	三笠在宅介護支援センター ☎44-8877
特別養護老人 ホームさわやか園	7日(火) 21日(火)	在宅介護支援センター さわやか園 ☎43-5432
尾上地域福祉 センター	14日(火) 28日(火)	尾上在宅介護支援センター ☎57-5351
碓ヶ関地域 福祉センター	7日(火) 21日(火)	碓ヶ関在宅介護支援センター ☎45-2182

体力アップ教室

時 14:00～15:00

1月実施日	場 所・申込先
7日(火) 21日(火) 28日(火)	場 ひらかわドリームアリーナ 申 ひらかわドーム ☎43-0660
8日(水) 15日(水) 22日(水)	B&G尾上体育館 ☎57-4633

母子のお知らせ

申・問 子育て健康課 母子保健係

子育て応援
アプリ
「母子モ」

場 所 市役所第2庁舎(旧健康センター)

乳幼児健康診査

- 4か月 令和6年9月生/1月21日(火)12:10～12:30
- 1歳 令和6年1月生/1月8日(水)12:10～12:30
- 1歳6か月 令和5年6月生/1月29日(水)
12:20～12:40
- 3歳 令和3年6月生/1月10日(金)11:50～12:20

すくすく広場 ※要予約

日時 1月16日(木) 10:00～11:30

申・問 子育て健康課 子育て世代包括支援係

場 所 市役所第2庁舎(旧健康センター)

産前産後ケア ※要予約 1回500円

日時 1月7日(火)・14日(火)・28日(火) ※1日4人限定
①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00

ぶれmamaのお産教室 ※要予約

日時 1月9日(木) 10:00～11:30

産後mamaの子育て教室 ※要予約

日時 1月30日(木) 13:30～15:30

母子健康手帳の交付 ※要予約

交付時に面談を実施し、助産師等より健診などの説明や相談を行っています。

※「出産応援金」の申請手続きも行います。

場 所 子育て健康課 時 8:15～17:00

相談・サロン・その他

こころの相談日

日時 1月15日(水)13:30～15:30(1回2件まで)
※要予約(1週間前締切)場 所 本庁舎2階相談室1
(10番窓口で受付)申・問 子育て健康課 健康推進係

傾聴サロン

日時 1月8日(水)13:00～15:00※時間内に随時
場 所 本庁舎1階ひらかわぶれいす「アヴェッサ」
申・問 子育て健康課 健康推進係

認知症の人と家族のつどいin弘前

日時 1月18日(土)13:30～15:30
場 所 弘前市社会福祉センター2階
申・問 (公社)認知症の人と家族の会 青森県支部
弘前地域世話人 東谷 ☎33-8861(職場)

精神障がい者家族会「とんぼの会」

日時 1月14日(火)10:00～12:00
内 容 定例会、学習会(社会福祉協議会出前講座)
場 所 本庁舎1階ひらかわぶれいす「アヴェッサ」
申・問 福祉課 障がい支援係

献血のお知らせ【全血献血】

日 時 1月15日(水)10:00～11:45 13:00～16:00
場 所 市役所本庁舎
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。
問 子育て健康課 健康推進係

