

健康ひろば

詳細は健康カレンダー
2025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10番窓口)

検診のおしらせ

申・問 子育て健康課 健康推進係



集団検診

LINE申込 Web申込

実施日	場 所
9月1日(月)	日沼地区コミュニティ施設
9月3日(水)	さるか交流館
9月9日(火)	中佐渡集落会館
9月10日(水)	飛鳥会館(町居)
9月11日(木)	新屋町会館
9月12日(金)	金屋地区多目的研修施設
9月16日(火)	八幡崎地区農業研修センター
9月17日(水)	大光寺コミュニティセンター
9月19日(金)	大坊コミュニティセンター

婦人科検診(集団)

実施日	場 所
8月28日(木) 9月21日(月)	市役所第2庁舎

骨密度検診

4月に対象者へお知らせのハガキを送付しています。
受診希望者の方は忘れずにお申し込みください。

母子のおしらせ

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

乳幼児健康診査

- 4か月 令和7年5月生/9月16日(火)
- 1歳 令和6年9月生/9月10日(水)
- 1歳6か月 令和6年2月生/9月24日(水)
- 3歳 令和4年2月生/9月5日(金)

すくすく広場 ※要予約

日時 9月11日(木) 10:00～11:30

申・問 子育て健康課 子育て世代包括支援係

産後ケア(通所型) ※要予約 1回500円

日時 9月2日(火) 9日(火) 16日(火) 30日(火) ※1日2人限定

①9:30～12:30 ②13:00～16:00

場 所 どんぐりこころ助産院(石郷柳田53-3)

※市民税非課税世帯、生活保護世帯は無料

※食事を希望される方は別途500円負担

産後ケア(訪問型) ※要予約 1回500円

日時 平日の10:00～16:00の間で2時間程度

※市民税非課税世帯、生活保護世帯は無料

パパママ教室 ※要予約

日時 9月12日(金)18:30～20:00

場 所 市役所第2庁舎

産後mamaの子育て教室 ※要予約

日時 9月26日(金)13:30～15:00

場 所 市役所第2庁舎

母子健康手帳の交付 ※要予約

場 所 子育て健康課 時 8:15～17:00

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

開催時間や定員については、各在宅介護支援センターへご確認ください。

場 所	9月実施日	申込先
ひらかわ ドリームアリーナ	4日(木) 11日(木)	緑青園在宅介護支援センター ☎44-6116
ひらかわ ドリームアリーナ 赤は平賀公民館	【1班】3日(水)17日(水) 【2班】10日(水)24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	2日(火) 16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	2日(火) 16日(火)	尾上在宅介護支援センター ☎57-5351
碓ヶ間地域 福祉センター	2日(火) 16日(火)	碓ヶ間在宅介護支援センター ☎45-2182

体力アップ運動教室

時 14:00～15:00

9月実施日	場 所・申込先
2日(火) 9日(火) 30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
3日(水) 10日(水) 17日(水)	B&G尾上体育館 ☎57-4633

相談・サロン・その他

傾聴サロン

日時 9月10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

精神障がい者家族会「とんぼの会」

日時 9月9日(火)10:00～12:00

場所 本庁舎1階 ひらかわぶれいす「アヴェッサ」

内容 定例会

申・問 福祉課 障がい支援係

こころの相談日 ※要予約(1週間前締切)

日時 9月10日(水)13:30～15:30(1回2件まで)

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

認知症の人と家族のつどいin 弘前

日時 9月20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)

献血のお知らせ

日時 9月5日(金)13:30～16:00

場所 本庁舎前 ふらっと広場

持ち物 献血カード(献血手帳)、本人確認書類

問合せ 子育て健康課 健康推進係

9月10日～16日は自殺予防週間です。気分
の落ち込み、食欲不振や体重減少、不
眠などが2週間以上続いていませんか？
こころと体の変化を感じたら、相談や傾
聴サロンを利用してみませんか？