

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9番窓口)

検診のおしらせ

申・問 子育て健康課 健康推進係

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。

母子のおしらせ

申・問 子育て健康課 母子保健係

場 所 第2庁舎



子育て応援
アプリ
「母子モ」

乳幼児健康診査

- 4か月 令和7年11月生/3月17日(火)
- 1歳 令和7年3月生/3月11日(水)
- 1歳6か月 令和6年8月生/3月25日(水)
- 3歳 令和4年8月生/3月6日(金)

すくすく広場 ※要予約

日時 3月12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 3月3日(火)10日(火)17日(火)24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 3月8日(日)10:00～11:30

場 所 第2庁舎

産後mamaの子育て教室 ※要予約

日時 3月26日(木)13:30～15:00

場 所 第2庁舎

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。

※「妊婦のための支援給付」の申請手続きも行いま
す。

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

体力アップ教室

3月の開催予定はありません。

相談・サロン・その他

こころの相談日

日時 3月11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 3月18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 3月10日(火)10:00～12:00

内 容 定例会

場 所 本庁舎2階 相談室1

申・問 福祉課 障がい支援係

認知症の人と家族のつどいin弘前

日時 3月21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)

3月は自殺対策強化月間です

気分が落ち込んでなかなか回復しない、ここ2週間で
体重が3kg以上減った、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、こ
ころの相談日や傾聴サロンなどを利用しましょう。

献血のお知らせ【全血献血】

献血へご協力いただいた方に記念品を
差し上げています。

日時 3月1日(日)

①10:00～11:45 ②13:15～16:00

場 所 イオンタウン平賀

持 ☐献血者コードがわかるもの

☐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

