

健康ひろば

詳細は健康カレンダー
2026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



LINE 申込 Web 申込

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、
社保被扶養者特定健診、各種がん検診、肝炎ウイルス検査

11・12月実施日	場 所
11月10日(火)	葛川集会所
12月6日(日)7日(月)	第2庁舎

12月に追加検診を実施します！今年度最後の集団検診です
ので、まだ受診していない方はこの機会に受診しましょう！

婦人科検診(個別)

子宮頸がん・乳がん検診

※実施医療機関で受診できます。受診するためには子育て
健康課で発行する「平川市がん検診受診対象者証明書」
が必要です。LINEで証明書の郵送申請ができるように
なりました。ぜひご利用ください。

LINE 証明書郵送申請

ピロリ菌検査

20歳から39歳まで(令和9年3月31日
時点の年齢)の方を対象にピロリ菌検査を
無料で実施しています。

詳細は、市ホームページをご覧ください。



がん検診受診率60%達成強化月間

毎年10月は、がん検診受診率達成に向けた全国集中強化
月間です。受診希望の方は、お問い合わせください。

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8年7月生/11月17日(火)
- 1歳 令和7年11月生/11月18日(水)
- 1歳6か月 令和7年4月生/11月25日(水)
- 3歳 令和5年4月生/11月6日(金)

すくすく広場 ※要予約

日 時 11月19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 11月4日(水) 10日(火) 17日(火) 25日(水) ※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/産後mamaの子育て教室 ※要予約

日 時 11月15日(日)10:00～11:30 / 11月26日(木)
13:30～15:00

場 所 第2庁舎

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	11月実施日	申込先
ひらかわドリーム アリーナ2階	5日(木) 19日(木)	緑青園在宅介護支援センター ☎44-6116
館田公民館	【1班】4日(水) 18日(水) 【2班】11日(水) 25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	3日(火)祝 17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1階	10日(火) 24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	10日(火) 24日(火)	碓ヶ関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

11月実施日	場所・申込先
10日(火) 17日(火)	場 所 ひらかわドリームアリーナメインアリーナ 申 所 ひらかわドーム ☎43-0660
11日(水) 18日(水) 25日(水)	B&G 尾上体育館 ☎57-4633

ヨガ&ピラティス教室

申 講師 さゆり氏 ☎070-8458-7156

11月実施日	場 所	時 間
6日(金) 20日(金)	ひらかわドリームアリーナ2階	10:00～11:30
10日(火) 24日(火)	尾上地域福祉センター1階	13:30～15:00

相談・サロン・その他

精神障がい者家族会「とんぼの会」

日 時 11月10日(火)10:00～12:00

内 容 施設見学(多機能事業所)

場 所 平川市内または近隣市町村

申・問 福祉課 障がい福祉サービス係

こころの相談日 ※要予約(1週間前締切)

日 時 11月11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

傾聴サロン

日 時 11月18日(水)13:00～15:00※時間内に随時

場 所 本庁舎1階 ひらかわふれいす「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 11月21日(土)13:30～15:30

場 所 弘前文化センター2階 第6会議室

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)

母子健康手帳の交付 ※要予約

交付時に面談を実施し、助産師等より健診等の説
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

