

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

実施日	場 所
5月10日(金)	碓ヶ関地域福祉センター (ハッピーハウス)
5月12日(日)	
5月13日(月)	
5月14日(火)	久吉地区集会所
5月15日(水)	古懸地区集会所
5月16日(木)	李平町会センター
5月17日(金)	唐竹多目的集会所
5月19日(日)	市役所第2庁舎(旧平川市健康センター)
5月20日(月)	

婦人科検診(集団)

実施日	場 所
6月9日(日)	市役所第2庁舎(旧平川市健康センター)

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	5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
館田地区農業 推進拠点施設	1班1日(水)15日(水) 2班8日(水)22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

5月実施日	場 所・申込先
14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

母子のおしらせ

申・問 子育て健康課

場 所 平川市役所第2庁舎(旧平川市健康センター)



ひらかわ子育て
応援アプリ
を是非ご利用
ください

乳幼児健康診査

- 4か月 令和6年1月生/5月21日(火)/12:10~12:30
- 1歳 令和5年5月生/5月8日(水)/12:10~12:30
- 1歳6か月 令和4年10月生/5月22日(水)
/12:20~12:40
- 3歳 令和2年10月生/5月10日(金)/11:50~12:20

すくすく広場 ※要予約

日時 5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 平川市役所第2庁舎(旧平川市健康センター)

産前産後ケア ※要予約 1回500円

日時 5月9日(木)・14日(火)・28日(火) ※1日4人限定

①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00

ふれmamaのお産教室 ※要予約

日時 5月2日(木) 10:00~11:30

パパママ教室 ※要予約

日時 5月24日(金) 18:30~20:00

産後mamaの子育て教室 ※要予約

日時 5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、保健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

傾聴サロン

日時 5月8日(水)13:00~15:00 ※時間内に随時

場 所 本庁舎1階ひらかわふれいすアヴェッサ

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 5月14日(火) 10:00~12:00

場 所 本庁舎1階ひらかわふれいすアヴェッサ

申・問 福祉課 障がい支援係

司法書士・精神保健福祉士による相談日

日時 4月17日(水) 18:00~19:20 (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

こころの相談日

日時 5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

認知症の人と家族のつどいin弘前

日時 5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)



こころの健康診査のお知らせ

【問合せ】 子育て健康課 健康推進係 ☎55-5819

市では、自殺予防対策として、うつ病対策に力を入れています。4月末から6月中旬にかけて、こころの健康診査を無料で実施します。対象者には郵送で用紙を配布しますので、ご協力をお願いします。

内容 自宅でこころの健康度自己評価票を記入していただきます。

対象者 令和7年3月31日時点で、30歳、35歳、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方

楽しみながら健康づくりをしませんか？ 日常生活の改善に！いきいきとした毎日を送るために！

7～9月 ワクワク水中運動教室

平川市スポーツ協会講師による水中運動や栄養指導を実施します。膝や腰の痛みが気になる方にもおすすめです。3か月で12回のプログラムです。

●対象 65歳以上の方 ●定員 各コース10人程度（先着順） ●申込期限 6月7日(金)

●場所 平賀屋内温水プール ●日にち 下の表を参照 ●時間 11：45～12：45

	7月	8月	9月	10月
火曜日	2日、9日、23日、 30日	6日、20日、27日	3日、10日	1日、8日、22日
木曜日	4日、11日、18日、 25日	1日、8日、22日、 29日	5日、12日、19日、 26日	—

【申込み・問合せ】 高齢介護課 地域包括支援係 ☎55-5374

肺炎球菌予防接種の費用を助成します

令和6年度の助成対象と見込まれる方へ個別にお知らせをお送りします。①、②のいずれかに該当する方は助成の対象となりますが、過去に任意で接種された方の把握ができないため、既に接種を受けていてもお知らせが届く場合があります。

- ①満65歳の方（65歳の誕生日の前日から66歳の誕生日の前日まで）
- ②満60歳から満64歳までの方で、心臓、じん臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害があり、身体障害者手帳1級に相当する方

※過去に肺炎球菌ワクチン（23価）の接種を受けている方は助成の対象外となります。

▶ 申込方法・助成額

- 1 接種を希望する医療機関に直接ご予約のうえ、予約日に健康保険証を持参し、接種を受けてください。市が契約している医療機関の窓口では接種費用から5,000円を差し引いた額をお支払いいただきます。

す。生活保護受給中の方は接種料金が無料です。契約していない医療機関での接種を希望する場合はお問い合わせください。

また、予防接種の対象となる方のうち、②に該当する方は、身体障害者手帳も併せて持参してください。※市が契約している医療機関については、個別通知に同封のチラシまたは市ホームページをご確認ください。

- 2 個別通知に同封の予診票を医療機関窓口へ提出してください。

【問合せ】 子育て健康課 母子保健係 ☎55-5826

弘前保健所からのお知らせ ～各種相談・検査日程（予約制）～ 申・問 弘前保健所 ☎33-8521

●ウイルス性肝炎検査・エイズ相談（即日検査） 5月15日(水) 17：00～18：30 エイズ相談専用電話 ☎38-2389

●精神保健福祉相談 4月25日(木)・5月17日(金) 13：00～14：00

相談・検査をお考えの方は、詳細について弘前保健所までお問い合わせ、お申し込みください。