

■ 広報ひらかわ掲載の

各種健診・教室などについて

広報ひらかわに掲載した各種健診・教室などは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、中止や延期、変更になる場合があります。予めご了承ください。

■ 今後の健診などについて

今後の健診などの中止・延期の情報につきましては、市ホームページで随時更新してまいりますので、そちらをご覧ください。

QRコード

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 2年に1回無料で受けられます。

< 検査項目 >

- ・子宮頸がん検診
(20歳以上の女性)
- ・乳がん検診
(40歳以上の女性)



※令和5年3月31日までに
20歳、40歳になる方も対象です。
※現在は個別検診のみ実施しています。

子宮頸がん・乳がん検診の個別検診の受け方

1. 子育て健康課に連絡し、「平川市がん検診受診対象者証明書」を入手する。
※令和3年度に子宮頸がんまたは乳がん検診受診した方は、令和4年度は受診できません。
※証明書の期限は、発行日から令和5年3月末までです。
2. 受診したい医療機関に電話で予約をする。
※証明書に同封する医療機関一覧をご確認ください。
3. 予約した日に受診する。
 持 本人確認書類 (健康保険証など)
 平川市がん検診受診対象者証明書

● 保健協力員が集団検診のお知らせに伺います

3月中に、赤いジャンパーを着た保健協力員が、各家庭へ令和5年度各種健(検)診のお知らせと申込書を配布します。お知らせの内容をご確認いただき、対象の検診の申込みをお願いします。



◇ 検診を受けて、早期の発見を心がけましょう

平川市国民健康保険の高額医療費をみると、令和2年度に脳血管疾患(脳出血や脳梗塞など)を新たに発症した78名のうち、一年間の総医療費が300万円以上だった15名の方は、発症前に高血圧症などの治療や特定健診を受けていない方がほとんどでした。



特定健診は血管を守るための健診です。大切な脳や心臓を守るために、症状がなくても年1回の特定健診を受けましょう。

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。

献血のおしらせ 問 子育て健康課 健康推進係 【全血献血】3月5日(日)

場・時 イオンタウン平賀ショッピングセンター ①10:00～11:45 ②13:15～16:00

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。

母子のおしらせ 問 子育て世代包括支援センター（子育て健康課内）▷母子保健係、子育て世代包括支援係

乳幼児健康診査 [種別/対象/実施日/受付時間]

- 4か月児健診/令和4年11月生まれ/3月14日(火)/12:10～12:40
- 1歳児健診/令和4年3月生まれ/3月8日(水)/12:10～12:30
- 1歳6か月児健診/令和3年8月生まれ/3月22日(水)/12:20～12:40
- 3歳児健診/令和元年8月生まれ/3月3日(金)/11:50～12:20

場 平賀農村環境改善センター 持 母子健康手帳 バスタオル 健康診査問診票 尿(3歳児のみ)

すくすく広場 対 妊婦さん、子育て中の方など 場 平賀農村環境改善センター 日 3月9日(木) 時 10:00～11:30 (体重測定、育児相談、離乳食のお話など) 要予約 ※前日締切(人数制限あり) 持 母子健康手帳 バスタオル

母乳ケア 対 妊産婦の方で母乳育児を希望する方 場 平賀農村環境改善センター 日 3月7日(火)・3月16日(木)・3月20日(月) 料 1回500円 時 ①10:00 ②11:00 ③13:00 ④14:00 要予約 ※各日・前日締切 ※1日4人限定 持 母子健康手帳 フェイスタオル2枚

ぷれmamaのお産教室 対 妊婦さん 場 平賀農村環境改善センター 日 3月2日(木) 時 10:00～11:30 要予約 ※前日締切 持 バスタオル2枚 フェイスタオル1枚 母子健康手帳

母子健康手帳の交付 母子健康手帳交付時に、面談を実施し、助産師より妊娠中の過ごし方、妊婦健診などの説明や相談を行っています。また、すべての妊婦さんの経済的負担を軽減し、安心して出産できる環境を整備すること等を目的として、「出産応援金」の申請手続きも、併せて行います。

場 子育て健康課 時 8:15～17:00 持 妊娠届出書(医療機関から発行) 妊婦連絡票(県内の医療機関を受診した方のみ) 保険証(国保の場合のみ) 個人番号カードまたは通知カードと本人確認書類(運転免許証など) 通帳(出産応援金の受け取り先となる、妊婦さん名義の口座)

※本人以外の方が来所される場合は、委任状が必要になりますので、ご連絡ください。

※妊娠届を出す際は、事前に電話連絡をお願いします。

※面談や手続き等でお時間をいただきますので、時間に余裕を持ってお越しください。



相談・サロン・その他

こころの相談日 気持ちが落ちこみ回復しない、悩みごとのせいで食欲がない、眠れないなど、こころの問題について精神保健福祉士がお話をうかがいます。こころの病気で治療していない方、初回相談者を優先します。相談は無料です。

日時 3月8日(水) 13:30～15:30(1回2件まで) 要予約 ※1週間前締切 場 文化センター小研修室1・2

申・問 子育て健康課 健康推進係

傾聴サロン こころが軽くなるおしゃべりサロンです。誰かとゆっくり話がしたい、悩みを聴いてほしいなど、あなたは誰かに聴いてほしいことはありませんか? 秘密は厳守します。どなたでも気軽にお越しください。養成講座で研修を積んだ傾聴ボランティアがあなたのお話をお聴きします。 日時 3月15日(水) 13:00～15:00 ※時間内に随時。

場 尾上地域福祉センター(尾上総合支所隣接) 申・問 子育て健康課 健康推進係

とんぼの会 精神疾患のある方の家族が自由に話し合い、学習しながら交流を深められる家族会を開催しています。

会員以外の方でも、ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。 日時 3月14日(火) 10:00～12:00

内容 定例会 場 本庁舎2階 相談室1 ※定例会は毎月第2火曜日に開催予定ですが、日時・場所の変更の場合もありますので事前にお問い合わせください。 問 福祉課 障がい支援係

弘前保健所からのおしらせ ～各種相談・検査日程(予約制)～

● ウイルス性肝炎検査/3月1日(水)10:30～11:30

● エイズ相談(即日検査)/3月1日(水)13:00～14:00 ※エイズ相談専用電話 ☎38-2389

● 精神保健福祉相談/3月17日(金)13:00～14:00

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

申・問 弘前保健所 ☎33-8521