

健康ひろば

詳細は健康カレンダー
2024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

実施日	場所
9月9日(月)	八幡崎地区農業研修センター
9月10日(火)	中佐渡集落会館
9月12日(木)	日沼地区コミュニティ施設
9月13日(金)	大坊コミュニティセンター
9月17日(火)	南田中ふれあいセンター
9月18日(水)	杉館集会所

婦人科検診 (集団)

実施日	場所
8月29日(木)	市役所第2庁舎 (旧健康センター)
9月8日(日)	

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。

けんこう教室

対象 65歳以上

問 高齢介護課 地域包括支援係

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	9月実施日	申込先
ひらかわドリームアリーナ	5日(木) 19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) 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	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	3日(火) 17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

9月実施日	場所・申込先
3日(火)10日(火) 25日(水)	場 ひらかわドリームアリーナ 申 ひらかわドーム ☎43-0660
4日(水)11日(水) 18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 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 (旧健康センター)

乳幼児健康診査

- 4か月 令和6年5月生/9月17日(火)/12:10 ~ 12:30
- 1歳 令和5年9月生/9月11日(水)/12:10 ~ 12:30
- 1歳6か月 令和5年2月生/9月25日(水)
/12:20 ~ 12:40
- 3歳 令和3年2月生/9月6日(金)/11:50 ~ 12:20

すくすく広場 ※要予約

日時 9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

場所 市役所第2庁舎 (旧健康センター)

産前産後ケア ※要予約 1回500円

日時 9月3日(火)・10日(火)・18日(水) ※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 9月5日(木) 10:00 ~ 11:30

産後mamaの子育て教室 ※要予約

日時 9月27日(金) 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、助産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 9月4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 9月10日(火) 10:00 ~ 12:00

内容 定例会

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

こころの相談日

日時 9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

認知症の人と家族のつどい in 弘前

日時 9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)

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?

