

# 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
11月17日(日)	葛川支所
12月1日(日)	市役所第2庁舎 (旧健康センター)
12月2日(月)	

### 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。

### ピロリ菌検査

20歳から39歳まで (令和7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。  
詳しくは市ホームページをご覧ください。



## 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	11月実施日	申込先
ひらかわ ドリームアリーナ	7日(木) 21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 6日(水)20日(水) 2班 13日(水)27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	5日(火) 19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	12日(火) 26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	5日(火) 19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

11月実施日	場 所・申込先
12日(火)19日(火) 26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
6日(水)13日(水) 20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7月生/11月19日(火)12:10 ~ 12:30
- 1歳 令和5年11月生/11月13日(水)12:10 ~ 12:30
- 1歳6か月 令和5年4月生/  
11月20日(水)12:20 ~ 12:40
- 3歳 令和3年4月生/11月8日(金)11:50 ~ 12:20

### すくすく広場 ※要予約

日時 11月14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 11月5日(火)・12日(火)・26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 11月7日(木) 10:00 ~ 11:30

### パパママ教室 ※要予約

日時 11月17日(日) 10:00 ~ 11:30

### 産後mamaの子育て教室 ※要予約

日時 11月29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

### こころの相談日

日時 11月6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 11月7日(木) 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9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)

### 精神障がい者家族会「とんぼの会」

日時 11月12日(火) 10:00 ~ 12:00

内 容 講習会「精神(こころ)を病むとはどういう  
ことなのか」

講師 青森中央学院大学看護学部 川添准教授

※会員以外の方も参加できますのでお問い合わせせ  
ください。

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

### ○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。

がん検診は、早期発見・早期治療を目的に毎  
年実施しております。受診希望の方は、子育て  
健康課健康推進係へお問い合わせください。

