



健康の掲示板

弘前市保健センター（健康増進課、野田2丁目）
☎ 37-3750

母子保健

母子健康手帳の持参を。場所は弘前市保健センター（各指定医療機関での個別健診を除く）で、料金は無料です。なお、発熱など体調不良の場合は、次回に受診してください。対象者には個別に通知します（★は健康診査票が必要です）。

名称	とき	対象・定員
4か月児★ 7か月児★	各指定医療機関での個別健診	
1歳6か月児★	集団健診：11月27日（水）・28日（木）／受付＝午後0時30分～1時15分 ※集団健診を受診する前に指定医療機関での個別健診を受診してください。	
3歳児	11月13日（水）・14日（木）／受付＝午後0時30分～1時15分	平成28年4月生まれ
1歳児歯科	11月20日（水）・21日（木）／受付＝午後0時30分～1時	平成30年11月生まれ
2歳児歯科★	対象＝平成29年5月生まれ…各指定歯科医療機関での個別健診	
離乳食教室	11月26日（火）、午後1時～2時30分／受付＝午後0時40分～1時 離乳食講話、試食（保護者のみ）、育児相談 ※11月1日～22日に申し込みを。母子健康手帳・バスタオル・おむつ・ミルクの持参を。	令和元年6月生まれ

各種相談

名称	内容	とき	ところ
こころの健康相談	本人や家族のこころの悩み、家族を自死で亡くした人の悩みについて	11月12日（火）、午前9時～11時（事前の予約が必要）	弘前市保健センター（野田2丁目）
のびのび子ども相談	発達相談（ことばが遅い、落ち着きがないなど）。対象は市民で1歳以上の幼児とその家族。母子健康手帳の持参を。	11月19日（火）、午前9時30分～午後3時（受け付けは午後2時まで。11月1日～18日に、事前の予約が必要）	
ヒロコすこやか相談	①妊娠、出産、妊娠中の栄養相談（対象は妊婦とその家族）／②育児、母乳、食事や栄養、歯みがきなどの相談（対象は0～5歳児の家族。母子健康手帳、歯の相談希望者は普段使っている歯ブラシの持参を）	11月18日（月）、受け付けは午前10時～10時30分	駅前こどもの広場（駅前町、ヒロコ3階）

・市で実施している健（検）診の詳細内容は、毎戸配布している「健康と福祉ごよみ」をご覧ください。
・市に住民票のある協会けんぽ加入者（被扶養者）は、協会けんぽの特定健診と市のがん検診等を同時に受診できる場合があります。詳しくは申し込み時に問い合わせください。

健康と福祉ごよみはこちらから

健康と福祉ごよみ

インターネット予約はこちらから

弘前市 集団検診

定期予防接種など

【小児インフルエンザワクチンの接種費用を助成】

対象者には、1回分無料の助成券を発行しています。

▼実施期間 令和2年1月31日まで

▼対象 生後6か月以上7歳未満までの未就学児

※接種の際は、助成券と母子健康手帳の持参を。

【子どもの定期接種】

BCG 予防接種の対象は、1歳未満までです。結核は、今でも毎年新たに1万5,000人以上の患者が発生していますので、接種していない人は、早めに接種を済ませましょう。

子宮頸がん予防ワクチンは、小学校6年生から高校1年生（相当）の女子は定期接種として受けることができます。詳しくは健康増進課にお問合せください。

【風しんの追加的対策（風しん第5期定期接種）】

令和3年度までの3年間、昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた男性を対象に、順次、風しん抗体検査・予防接種の無料クーポン券を送付します。

▼今年度対象 昭和47年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

▼今年度実施期間 令和2年3月31日まで

▼実施場所 広報ひろさき前号および市ホームページに掲載

▼費用 無料

▼持参するもの クーポン券、本人確認書類（免許証・マイナンバーカード等）

※受診する際は、事前に医療機関にお問い合わせください。

【高齢者インフルエンザ予防接種】

対象者は、『健康と福祉ごよみ』に記載の、医療機関に直接問い合わせを。

▼実施期間 11月1日から12月31日まで

▼対象 ①65歳以上の人、②60歳から64歳の人で心臓・腎臓・呼吸器および免疫機能に障がいのある人（障害1級程度）

▼自己負担 1,600円（生活保護受給者は無料）

【おたふくかぜワクチンの接種費用を助成】

おたふくかぜは難聴等の合併症を起こす危険性がありますが、ワクチンを接種することで予防できます。対象者には個別に通知していますので、この機会に接種しましょう。

【肝炎ウイルス検診】

B型・C型肝炎ウイルスに感染し、無自覚のまま肝硬変や肝がんへ移行する感染者が多くなっています。生涯に1回受診しましょう。

▼対象 40歳以上で今までに肝炎ウイルス検診や肝炎ウイルス治療をしたことがない人

▼検査内容 血液検査（HCV抗体検査・HBs抗原検査）

※どちらか一方の受診はありません。

▼受診場所 市内医療機関・医師会健診センター・地区での複合健診・ヒロコ複合健診

▼費用 無料

▼その他 市では、検診の結果、陽性となった人へ結果説明等の相談支援や精密検査初回費用助成の申請等の肝炎ウイルスフォローアップ事業を行っており、

対象者には保健師から案内の連絡があります。

おしらせ

【健幸講座「ヘルシーエイジング」後期公開講座受講生の募集】

▼とき 11月4日・11日、12月2日、令和2年1月6日、2月3日、3月2日（いずれも月曜日）午後1時15分～3時30分

▼ところ ヒロコ（駅前町）健康ホール

▼対象 市民

▼内容 健康運動指導士・ひろさき健幸増進リーダーによる体操教室、講座（弘前大学中路重之特任教授・富田泰史教授による講話、「はじめてのヨガ」、「ほほえみ講習会」など）

▼参加料 1講座＝200円

※事前の申し込みは不要。

▼その他 簡単な体操をしますので、飲み物の持参を。

■問い合わせ先 ヘルシーエイジング（齋藤さん、☎34-2649）留守電の際には折り返しご連絡しますので、電話番号をお願いします。

【世界糖尿病デー「弘前城ブルーライトアップ」】

11月14日は「世界糖尿病デー」です。当日は世界各地の建物が糖尿病啓発のシンボルカラーである「ブルー」にライトアップされます。弘前市では、弘前城のブルーライトアップを行います。

▼とき 11月14日（木）午後5時～9時

■問い合わせ先 弘前大学医学部附属病院内分泌内科・糖尿病代謝内科（佐藤さん、☎39-5062）

【第24回弘前公開糖尿病教室】

▼とき 11月9日（土）、午後2時～3時45分（受付午

後1時30分）

▼ところ ホテルニューキャッスル弘前（上鞆師町）2階 曙

▼内容 講演Ⅰ「糖尿病とうまく付き合うために」…講師・松橋有紀さん（弘前大学大学院医学研究科内分分泌代謝内科学講座助教）／講演Ⅱ「負けたらあかんで、糖尿に」…講師・片野春人さん（はるひと診療所院長）

▼参加料 無料

▼定員 150人

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先 ノボノルディスクファーマ（☎017-773-0031）

【「皮膚の日」市民公開講座】

▼とき 11月23日（土）、午前11時～午後0時30分ごろ

▼ところ 土手町コミュニケーションプラザ1階（土手町）

▼テーマ 「赤あざのお話」…講師・是川あゆ美さん（弘前大学医学部附属病院皮膚科医師）／「黒あざのお話」…講師・中島康爾さん（弘前大学医学部附属病院皮膚科医師）

▼参加料 無料

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先 ESTクリニック皮膚科（☎29-5501）

【日本消化器病学会東北支部第81回市民公開講座～短命県返上へ！最近増えている消化器の病気～】

最近増えている消化器の病気を話題に「短命県返上」に必要なことを一緒に考えてみませんか。

▼とき 11月30日（土）午後2時～4時

▼ところ 市民文化交流館ホール（駅前町、ヒロコ4階）

▼参加料 無料

▼定員 先着100人程度

※事前の申し込みは不要。

■問い合わせ先 市立病院総務課総務係（☎34-3211）