



掲載の情報は3月1日現在のものです。

会場名の記載がない事業の実施場所は、総合保健センター(田向)です。



母子保健

記号の説明 ☎電話による相談 👤面談による相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時・場所	対象・定員・費用	内容・持ち物	申込期間	申し込み先	
妊産婦など	母子健康相談 (はちまむ相談) ☎ 👤	(月)~(金) 8:15~12:00 13:00~17:00	助産師・保健師などが妊産婦や乳幼児の保護者の心身の健康、子育てについて面接相談および電話相談に応じます。 (はちまむとは、八戸のママたちを応援・相談する所です)				子育て世代 包括支援 センター ☎38-0711
	妊産婦 オンライン 健康相談 要申込	随時	妊産婦	出産・育児・子育ての相談に オンラインで応じます。	随時	※オンライン相談は、ホームページからも申し込み可	
	はちまむサロン (妊産婦交流会) 要申込	15(金)10:00~12:00	妊婦と産後4か月ごろ までの産婦 ●定員10組	妊産婦が交流する場です。 ●持ち物 母子健康手帳	前日まで		
	ケア 産後ケア事業 要申込	随時(施設受入可能日) き子Kids助産院	育児不安などのある産婦と赤ちゃん。半日または1日コースのケア。※利用料一部負担あり		1週間前まで		
乳幼児	赤ちゃん健康相談 要申込 👤	13(水)9:30~12:00 受付時間は予約時にお知らせ	生後4か月~1歳未満	子育てや離乳食についての 相談	6(水)まで	健康づくり 推進課 ☎38-0712	
	よちよち健康相談 要申込 👤	13(水)9:30~12:00 受付時間は予約時にお知らせ	1歳~2歳ごろ				
	2~3歳児発達相談 のびのびクラス 要申込 👤	21(木) 9:30~10:40(受付9:15) 10:50~11:55(受付10:40) (初回相談のみ14:00~15:00) (受付13:50)	おおむね 2歳~3歳5か月	お子さんの発達についての 相談	7(木)まで		
	3~5歳児発達相談 あいあいクラス 要申込 👤	①14(木)②5/12(木) 13:00~14:00 14:15~15:15 (初回相談のみ9:30~10:30)	おおむね 3歳6か月~5歳		①3/31(木) ②28(木) まで		
健診	先天性股関節脱臼検診 要申込	毎週(水) 12:50~13:00(受付) 総合健診センター(田向)	生後90日~120日 ●費用600円	●持ち物 母子健康手帳、バスタオル、「乳児健診受診票一式」に同封されている「股関節脱臼検診受診券」と「親子の健康度調査アンケート」	受診希望日の 3週間前まで	総合健診 センター(田向) ☎70-5563	
	1歳6か月児健康診査	5(火)・19(火)	対象者には、個別に日時・場所をお知らせします。			健康づくり 推進課 ☎38-0712	
	3歳児健康診査	12(火)・26(火)					
教室	すくすく離乳食教室 要申込	22(金) 午前の部10:30~11:30 午後の部13:30~14:30	3~5か月の赤ちゃんの保護者 ●定員各10組	講話、離乳食作りの見学 ●持ち物 母子健康手帳、筆記用具	15(金)まで		
その他	不妊専門相談 要申込 👤	20(水) 16:00~17:00	不妊や不育症で悩む夫婦など ●定員2組	専門医が相談に応じます。	13(水)まで	健康づくり 推進課 ☎38-0714 (専用電話)	
	女性の健康相談 要申込 👤	(月)~(金)9:00~16:00 ※(祝)を除く	思春期から更年期の女性	保健師、助産師が相談に応じます。	前日まで		



成人保健

記号の説明 ☎電話による相談 👤面談による相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時	内容・テーマほか	申し込み・問い合わせ先
相談	保健師による健康相談 ☎ 👤	(月)~(金)8:15~17:00 ※(祝)を除く	成人の心身の健康相談	健康づくり推進課 ☎38-0713
	栄養士による個人相談 👤	6(水) 10:00~12:00、13:00~16:00	生活習慣病が気になる人や子どもの食生活についての相談	健康づくり推進課 ☎38-0713

掲載の情報は3月1日現在のものです。



介護予防

4/10日までに介護予防センターは休館となります

記号の説明 ☎ 電話による相談 ▲ 面談による相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時	内容・テーマほか	対象・申し込み・問い合わせ先
体操など	体操会	(火)~(金) 9:15~9:45、13:15~13:45 ※(祝)を除く	介護予防のために、ラジオ体操、ストレッチなどの軽い運動をします。	●対象 おおむね65歳以上 介護予防センター ☎38-0726
	集いの場	(火)~(木) 10:00~11:00、14:00~15:00 ※(祝)を除く	各専門職員による心と体が元気になるミニ講話、脳トレ、レクリエーションなどを行います。	
相談	介護予防相談 要申込 ▲	(月)~(金) 10:00~12:00、14:00~16:00 ※(祝)を除く	保健師・管理栄養士などによる介護予防に関する個別相談	
	体力測定 要申込 ▲		理学療法士による体力測定と運動や生活上の個別のアドバイス	
	もの忘れチェック 要申込 ▲		質問票で確認しながら、もの忘れや認知症についての個別相談	
講座	脳いきいき教室 要申込	18(月)13:15~15:00	集団で行う脳の機能チェックと、認知症予防のための講話 ●受付開始日3/22(火)	
交流会	本人のつどい 要申込	4(月)13:15~14:30	軽度の認知機能低下のある人同士、情報交換や交流を行います。	
	認知症の人を抱える家族のつどい	16(土)13:30~15:30	認知症の人を介護している家族同士、情報交換や交流を行います。	

精神保健福祉相談

記号の説明 ☎ 電話による相談 ▲ 面談による相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時	対象	申し込み・問い合わせ先
相談	精神科医師による精神保健福祉相談 要申込 ▲	13(水)13:30~16:00	心の病気で悩んでいる人とその家族 (精神科・心療内科に通院していない16歳以上の人)	12(火)までに保健予防課 ☎38-0717

HIV検査・相談、肝炎ウイルス検査

記号の説明 ☎ 電話による相談 ▲ 面談による相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時	内容	申し込み・問い合わせ先
検査	HIV検査 要申込	14(木)・28(木)9:00~12:00	HIV検査	保健予防課(エイズ専用電話) ☎38-0718
	肝炎ウイルス検査 要申込	14(木)13:15~14:00	肝炎ウイルス検査(B型・C型) (総合健診センター、受託医療機関でも受診可) ☎健康づくり推進課☎38-0710	保健予防課☎38-0716
相談	HIV相談 ▲	随時(開庁時間内)	エイズに関する相談	保健予防課(エイズ専用電話) ☎38-0718

地域回想法スクール

【日時】5/13(金)から毎週(金)10:00~11:30

- 場所 介護予防センター
- 内容 昔の懐かしい経験などを語り合うことで脳の活性化を図り、仲間同士の自主活動を目指します。
- 対象 65歳以上の介護保険の認定を受けていない人
- 定員 8人

☎3/22(火)から電話で介護予防センター☎38-0726



無料 【令和4年度も事業延長】成人男性の「風しん抗体検査・風しん第5期定期予防接種」

☎保健予防課 ☎38-0715

市に住民登録がある人で、これまで風しんの予防接種を受ける機会がなかった人を対象に、風しんの抗体検査および予防接種(十分な量の抗体がない人のみ)を無料で行うことができます。令和3年度で終了予定でしたが、令和4年度も延長することになりました。

対象	クーポン使用期限	実施場所	持ち物
▷市に住民登録がある ▷昭和37年4/2から 54年4/1生まれの男性 ▷クーポン券未使用者	5年3/31(金)	受託医療機関または健診機関 (市または厚生労働省のホームページで「風しんの追加的対策」を検索)	クーポン券と住民登録している住所を確認できる書類(運転免許証や健康保険証など)

※対象者には、4月上旬に個別にクーポン券を送付予定です。

※転入などでクーポン券を持っていない人は、保健予防課で再交付の手続きが必要です。

※抗体検査は、事業所の定期検診時にクーポン券を持参することで健診機関でも実施できます。

年長児のこたばの相談はこども支援センターで受け付けます

4月1日より、城下小学校、湊小学校、根岸小学校の「こたばの教室」で行ってきた年長児のこたばの相談をこども支援センターで引き継ぎ、対応していくこととなりました。4月より下記の方法でお申し込みをお願いします。

- **相談対象** 年長児(令和5年4月に就学する幼児)とその保護者
- **相談内容** こたばや行動など発達に関する相談、就学に関する相談など
- **申込方法** 在籍している園などへ相談のうえ、必要に応じてお申し込みください。
 ※未就園の場合は直接お申し込みください。 ※必ず電話での予約をお願いします。



☎こども支援センター(総合保健センター内) ☎38-0725 田向三丁目6-1

ひとり親家庭の経済的な自立を支援します ☎こども家庭相談室 ☎38-0703

対象
(共通)

- ▷20歳未満の子を扶養するひとり親家庭の親であること
- ▷児童扶養手当を受給しているまたは当該手当の支給要件と同等の所得水準であること
- ▷過去にこの給付金を受給したことがないこと

【高等職業訓練促進給付金等 **修学前要申込**】 資格取得のため養成機関で修業する場合

- **対象資格** 看護師、准看護師、保育士、介護福祉士、作業療法士、理学療法士、歯科衛生士、美容師、理容師、社会福祉士 など
- **支給額** ▷促進給付金 最大14万円(月額、上限48か月) ▷修了支援給付金 最大5万円

【自立支援教育訓練給付金 **受講開始前要申込**】 対象講座を受講・修了した場合

- **対象講座** 雇用保険制度の教育訓練給付の指定講座 ● **支給額** 経費の最大60%(上限あり)

【高等学校卒業程度認定試験合格支援給付金 **受講開始前要申込**】 対象講座を受講する場合(ひとり親家庭の子も対象)

- **対象講座** 高等学校卒業程度認定試験合格のための講座
- **支給額** ①受講開始時給付金 受講費用の30%(上限7万5千円)
 ②受講修了時給付金 受講費用の10%(①と合わせて上限10万円)
 ③合格時給付金 受講費用の20%(①②と合わせて上限15万円)

「児童虐待・DVかな?」と思ったらご連絡を!

【児童虐待相談】身体的、性的、心理的な虐待、ネグレクト(育児の怠慢・放棄)など

【DV相談】 配偶者や恋人、パートナーなどからの身体的、精神的、性的な暴力に悩んでいる人

児童虐待・DV	八戸市こども家庭相談室(子ども家庭総合支援拠点) (配偶者暴力相談支援センター)	☎38-0703 ☎「こども家庭相談室」※メール相談も受付
児童虐待	児童相談所 虐待対応ダイヤル	☎189(いちはやく) ※24時間受付・通話無料・全国共通
	子ども虐待ホットライン(青森県八戸児童相談所)	☎0120-74-6552 ※24時間受付・通話無料
DV	DVホットライン(青森県女性相談所)	☎0120-87-3081 ※24時間受付・通話無料
	DV相談ナビ	☎#8008(はれれば)