



## 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	内容・持ち物	申込期間	申し込み先 問い合わせ先
妊産婦など	母子健康相談 (はちまむ相談) ☎ 👤	(月)~(金) ※(祝)を除く 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、子育てについて面談・電話・オンライン相談で応じます。 (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 ※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	21(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	
	産後ケア事業 要申込	随時(施設受入可能日) 受託医療機関など	育児不安などのある産婦と赤ちゃん。日中の通所型や宿泊型のケア。※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 👤	19(水) 受付時間9:45~10:00 (終了は12:00ごろの予定)	生後4か月~1歳未満	身長、体重測定、子育てや離乳食についての相談 ●持ち物母子健康手帳、バスタオル	事前申し込み不要(感染対策し実施)	すくすく親子健康課 ☎38-0712
	よちよち健康相談 👤		1歳~2歳ごろ			
	2~3歳児発達相談 のびのびクラス 要申込 👤	20(木)9:30~15:10 (初回相談14:00~15:10)	おおむね 2歳~3歳5か月	子どもの発達についての相談 ※来所時間は予約時にお知らせします。	6(木)まで	
	3~5歳児発達相談 あいあいクラス 要申込 👤	①13(木)②5/11(木) 13:00~14:00 14:15~15:15 (初回相談9:30~10:30)	おおむね 3歳6か月~5歳		①3/30(木) ②25(火)まで	
	栄養士による個人相談 ☎ 👤	5(水) 10:00~12:00 13:00~16:00	子どもの食生活について、栄養士が面談および電話相談に応じます。			
健診	先天性股関節脱臼検診 要申込	毎週(水) ※5(水)を除く 12:50~13:00(受付) 総合健診センター(田向)	生後90日~120日	●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「親と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	4(火)・18(火)	時間などは、対象者に個別にお知らせします。			すくすく親子健康課 ☎38-0712
	3歳児健康診査	11(火)・25(火)				
教室	すくすく離乳食教室 要申込	28(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 ●定員各回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	1週間前まで	すくすく親子健康課 ☎38-0712
その他	不妊専門相談 要申込 👤	19(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。	1週間前まで	すくすく親子健康課 ☎38-0714 (専用電話)
	女性の健康相談 👤	(月)~(金) ※(祝)を除く 9:00~16:00	性や妊娠・生殖に関することについて保健師、助産師が相談に応じます。			

掲載の情報は2月27日現在のものです。



## 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) ※(祝)を除く 10:00~12:00、13:00~16:00	成人の心身の健康相談	健康づくり推進課☎38-0713
	オンライン健康相談 要申込 👤	5(水)	成人の心身の健康や食生活に関する相談	健康づくり推進課☎38-0713 ※4/3(月)までにホームページから申し込み 
	栄養士による個人相談 👤	5(水) 10:00~12:00、13:00~16:00	生活習慣病が気になる人の食生活についての相談	健康づくり推進課☎38-0710

掲載の情報は2月27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。



### 介護予防

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
体操会など	体操会	(火)~(金) ※(祝)を除く 9:15~9:45、13:15~13:45	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。	<b>●対象(共通)</b> おおむね65歳以上 介護予防センター ☎38-0726
	集いの場	(火)~(木) ※(祝)を除く 10:00~11:00、14:00~15:00	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 <b>要申込</b> ☎ 👤	(月)~(金) ※(祝)を除く 10:00~12:00 14:00~16:00	保健師などによる介護予防に関する個別相談	
	栄養相談 <b>要申込</b> ☎ 👤		管理栄養士による高齢者の食事・栄養に関する個別相談	
	体力測定 <b>要申込</b> 👤		体力測定の結果をもとに、理学療法士が運動についての個別アドバイス <b>●対象</b> 整形外科に通院していない人	
	もの忘れチェック <b>要申込</b> 👤		質問票で確認しながら、もの忘れについての個別相談 <b>●対象</b> もの忘れについて受診歴がない人	
交流会	ひなたぼっこさあくる (もの忘れが気になる人の交流会) <b>要申込</b>	10(月)13:15~14:30	もの忘れが気になり始めた人同士で、情報交換や交流を行います。 <b>●対象</b> もの忘れで病院を受診し、経過観察中の人 <b>●定員</b> 10人 <b>●申込開始日</b> 3/22(水)	
	認知症の人を抱える家族のつどい	15(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。	

### 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 <b>要申込</b>	13(木)・27(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 <b>要申込</b>	13(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

### 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 <b>要申込</b> 👤	12(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)	7(金)までに保健予防課 ☎38-0717

## 昭和を語ろう! 「思い出回想法」

5/12(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歳以上で介護保険の認定を受けていない人
- 定員 8人

☎38-0726

