



※掲載の情報は10月29日現在のものです。諸事情によりイベント中止などの可能性があります。詳しくは各担当にお問い合わせください。
※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(田向三丁目6-1)です。

12月1日は「世界エイズデー」です

固保健予防課 ☎38-0718

WHO(世界保健機関)は、世界的レベルでのエイズ蔓延^{まんえん}防止と患者・感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的として、12月1日を「世界エイズデー」と定め、さまざまなキャンペーンを実施しています。

今年のキャンペーンテーマは「U=U 知ることから、もう一度。12月1日は世界エイズデー。」です。

治療法の進歩により、HIV陽性者は感染の早期把握、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、HIVに感染していない人と同等の生活を送ることが期待できるようになりました。

また近年では、治療を受け、血液中のウイルス量が検査で検出できない程度に抑えられているHIV陽性者からは、性行為によってHIVが感染することがないことも確認されています。このことは、Undetectable(検出限界値未満)=Untransmittable(HIV感染しない)、略して「U=U」と呼ばれています。

このように「U=U」という言葉を知のことをきっかけに、もう一度HIV・エイズのことを皆さんで考えてみませんか。

市では、エイズデーに合わせて、総合保健センターでパネル展やHIV検査を実施します。
※詳しくは市ホームページをご覧ください。



詳しくは
こちら

冬休み 親子で一次救命とAEDの使い方を学ぼう

要申込

申問保健総務課 ☎38-0706

- 日 時 7年1月9日(木)14時～16時
- 場 所 市民病院北棟2階 大会議室A
- 対 象 小学生以上の子どもの保護者
- 定 員 25組 ※申込多数の場合抽選
- その他 動きやすい服装でお越しください。
なるべく公共交通機関をご利用ください。

☎12月2日(月)～10日(火)にEメールまたは
右記二次元コードから申し込み

📧hokensomu_event@city.hachinohe.aomori.jp

申し込みは
こちら



冬場のノロウイルス食中毒に注意しましょう！

固衛生課 ☎38-0720

ノロウイルスによる食中毒は、食品のごくわずかな汚染でも発生します。調理者はもちろん、調理施設全体を汚染から守り、食品にノロウイルスを「つけない」ことが重要です。



詳しくは
こちら

ノロウイルスによる食中毒予防4原則

①持ち込まない
調理する人の健康管理



②拭かない
おう吐物などの適切な処理



③加熱する
加熱の目安は中心温度が
85℃～90℃で90秒以上



④つけない
作業前などの手洗い、調理
器具の洗浄・消毒



高齢者インフルエンザ定期予防接種が終了間近です

固保健予防課 ☎38-0715

市では、インフルエンザの流行シーズンに備え、1月31日まで高齢者インフルエンザ予防接種を実施しています。期限を過ぎての接種は全額自己負担となりますのでご注意ください。
※高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種は、2月28日まで実施しています。



受託医療機関
の確認はこちら

●接種場所 受託医療機関(わが家の健康カレンダーまたは市ホームページに掲載)

名称	対象	接種期限	費用・持ち物
高齢者の インフルエンザ 予防接種	▷満65歳以上の人 ▷満60歳以上65歳未満で、心臓、じん臓、呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に日常生活活動が極度に制限される程度の障がいがある人(身体障害者手帳1級相当)	1/31(金)までに 1回	1,000円 ▷予診票(接種料金免除の対象になる人) ▷本人確認書類(マイナンバーカードなど) ▷医療受給証など(生活保護世帯の人)
接種料金の 免除	生活保護世帯の人 申請不要	65歳以上の人へ、無料で接種できる専用の予診票を個別送付しています。 紛失した場合は、申請手続きが必要です。 8月中旬以降に保護開始になった人は、保健予防課へご連絡ください。	
	市民税非課税世帯 の人 要事前申請	必ず接種前に手続きが必要です。【申請期限】1/31(金) ※高齢者新型コロナウイルス感染症予防接種の自己負担免除申請は、2/28(金)まで受け付けます。 【申請場所】総合保健センター1階 特設会場、南郷事務所、各市民サービスセンター ※代理人でも申請可能です。 ※総合保健センター以外での申請の場合、予診票の受け取りに10日間程度かかります。 ※1/22(水)以降に南郷事務所・各市民サービスセンターで申請した人は、総合保健センターでの受け取りになります。 ※接種後の払い戻しはしませんので、ご注意ください。	

6年医師・歯科医師・薬剤師へ届出のお願い

固保健総務課 ☎38-0706 FAX 38-0734

令和6年は、医師法・歯科医師法・薬剤師法に基づき、2年に1度、12月31日現在の状況(住所地など)を届出する年です。従来オンライン届出ができなかった「医療機関等に就労していない」対象者も含め、全てオンライン(医療従事者届出システム)による届出が可能となる予定です。

- 対象者 市内に住所がある医師・歯科医師・薬剤師 ※就労していない場合でも届出が必要
- 届出票 保健総務課、勤務先を通して配布(厚生労働省ホームページからダウンロード可)
- 提出先 オンライン届出(予定)または保健総務課(総合保健センター3階)
- 提出期限 7年1月15日(水)



詳しくは
こちら



成人保健



インスタグラムでも
情報発信中!

記号の説明

オンライン相談



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 面談	(月)~(金) ※(祝)を除く 10:00~12:00、13:00~16:00	成人のからだの病気に関する相談	健康づくり推進課 ☎38-0713
	オンライン健康相談 要申込	4(水)	成人のからだの病気や食生活に関する相談	12/2(月)までに 市ホームページから申し込み
	栄養士による個人相談 事前申込優先	4(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
講座	市民健康づくり講座 要申込 ※オンデマンド配信のみ	5(木)13:30~15:00	●演題 あなたのお口は大丈夫? ~正しいケアがあなたの健康を守ります~ おいかわたいせい ●講師 及川大成(ソリスデンタルクリニック)	健康づくり推進課 ☎38-0713 ※オンデマンド配信は11/26 (火)~12/4(水) に市ホームページ から申し込み

HIV・肝炎ウイルス・精神保健福祉

記号の説明 ☎ 電話相談 👤 面談による相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時	内容・対象	申し込み・問い合わせ先
検査	HIV検査	HIV検査試薬の出荷制限に伴い、当面の間、実施体制を変更します。 詳しくは、市ホームページ「エイズ相談・HIV検査」をご覧ください。		保健予防課(エイズ専用電話) ☎38-0718 市ホームページはこちら 
	肝炎ウイルス検査 (B型・C型肝炎) 要申込	12(木)13:15~14:00	●対象 八戸市民で、過去に一度も肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	保健予防課(エイズ専用電話) ☎38-0718
		※下記施設でも随時肝炎ウイルス検査を実施しています。 ☎総合健診センター ☎70-5563、受託医療機関		健康づくり推進課 ☎38-0710
相談	精神科医師による 精神保健福祉相談 要申込	11(水)13:30~16:00	●対象 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)	10(火)までに保健予防課 ☎38-0717
	HIV相談	随時(開庁時間内)	HIV・エイズに関する相談	保健予防課(エイズ専用電話) ☎38-0718



介護予防



介護予防センターについてはこちら

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	午前の部 9:15~9:55(火)~(金) 午後の部 13:15~13:55(火)~(木) ※(祝)を除く、(金)は午前のみ	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。 ※ひとり週1回まで	●対象(共通) おおむね65歳以上(要介護・要支援の認定を受けていない人または総合事業を利用していない人) 総合保健センター2階 介護予防センター ☎38-0726
	集いの場	(火)~(木) ※(祝)を除く 10:00~10:40、14:00~14:40	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。 ※ひとり週1回まで	
相談	元気高齢者のための 介護予防カウンセリング (介護予防相談) 要申込	(月)~(金) ※(祝)を除く 10:00~12:00、14:00~16:00	▷運動・体力に関する相談 理学療法士が運動や体力づくり、転倒予防などの相談に応じます。 ▷認知症予防に関する相談 作業療法士がもの忘れについての相談に応じます。 ●対象 認知症やMCI(軽度認知障害)の診断を受けていない人 ※脳のことで通院中の人は対象とならない場合がありますので、お問い合わせください。 ▷食生活に関する相談 管理栄養士が低栄養改善などの相談に応じます。 ●対象 病院などから栄養指導を受けていない人 ▷介護予防に関する相談 保健師などの専門職員が介護予防全般についての相談に応じます。	
教室	シニアいきいき教室 (介護予防教室) 要申込	16(月)13:30~14:30	電子レンジでカンタン下ごしらえ ●講師 介護予防センター 管理栄養士 ●定員 18人 ●申込開始日 11/22(金)	
交流会	認知症の人を抱える 家族のつどい	21(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。	

