



※掲載の情報は8月28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。

10月は造血幹細胞移植普及月間 **あなたにしか救えない命があります**

骨髄ドナー登録にご協力ください

重い血液疾患の治療には、移植が有効です。移植には患者と提供者(ドナー)の白血球の型が適合する必要がありますが、適合する確率は数百から数万分の1といわれています。1人でも多くの命を救うために骨髄ドナー登録にご協力ください。



登録方法の詳細はこちら

骨髄バンク ボランティア「骨髄ドナー登録説明員」を募集しています

ドナー登録会で説明や登録の手続きをする説明員が不足しています。説明員として認定されるには、研修会(半日～1日程度)、実地研修(半日程度)の受講が必要です。皆さんの応募をお待ちしています。

- 対 象 三八地区在住の18歳以上で月1～2回程度活動できる人
- 活 動 費 2,000円(1日)、交通費



ドナーやドナー休暇を付与した事業所に対し、助成金を交付します

- 助成金額 ▷ドナー 骨髄などの提供に要した日数(ドナー休暇の利用が可能な日数を除く)に2万円を乗じた額
▷事業所 ドナー休暇を与えた日数に1万円を乗じた額
※いずれも1回の提供につき7日分が上限

■問 骨髄ドナー登録推進会(骨髄ドナー登録・ボランティアについて) ☎090-9634-6703(山本)
保健総務課(助成金について) ☎38-0706



助成金の詳細はこちら

HIV・肝炎ウイルス・精神保健福祉

記号の説明 ☎ 電話相談 👤 窓口相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時・場所	内容など	申し込み・問い合わせ先
検査	HIV検査 要申込	10/1・22の各(木) 各日9:00～12:00	●対象 HIV感染の不安があり、検査を希望する人(梅毒・クラミジア検査も同時に可)	保健予防課 ☎38-0718 申込フォームからも申し込み可
	肝炎ウイルス検査(B型・C型肝炎) 要申込	①八戸市保健所 10/1・22の各(木) 各日11:30～12:00	●対象 市内在住で、過去に肝炎ウイルス検査を受けたことがない人	①保健予防課 ☎38-0718
		②総合健診センター 随時 ③受託医療機関 随時		②総合健診センター ☎70-5563 ③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	10/14(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)	10/13(火)までに保健予防課 ☎38-0717
	こころの健康相談 ☎	随時	こころの健康に関する相談	保健予防課 ☎38-5191
	HIV相談 ☎	随時	HIV・エイズに関する相談	保健予防課 ☎38-0718

第18回いのちのリレー・市民公開講座

岡（一社）八戸市医師会 ☎38-5130

- 日時 10月25日(日)13時30分～16時
- 場所 総合保健センター1階 大ホール
- 内容 臓器提供を決断したドナーの家族の講演、臓器移植の現状、大腸がん・子宮がんや胸部検診について
- 講師 三浦拓^{みうらひろく}(岡山東津山市議会議員)、沖元二^{おきもとじ}(八戸市立市民病院副院長) 他



詳しくはこちら

各種定期予防接種

要申込

申岡保健予防課 ☎38-0715

- 名称 ①高齢者のインフルエンザ予防接種
②高齢者の新型コロナウイルス感染症予防接種
- 料金 ①1,000円②7,800円
- ①・②共通



①の受託
医療機関



②の受託
医療機関

期間・回数	10/1(木)～9年1/31(日)に1回		
接種場所	受託医療機関(「わが家の健康カレンダー」、市ホームページに掲載) ※直接医療機関へ申し込み		
対象	▷満65歳以上 ▷満60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、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)	持ち物	▷予診票(無料の対象になる人) ▷本人確認書類(マイナンバーカードなど)
接種料金の免除	生活保護世帯	65歳以上の人へ、無料で接種できる予診票を個別に送付します。紛失した人・届かない人はご連絡ください。	
	市民税非課税世帯 要事前申請	必ず接種前に手続きが必要です。接種後の払い戻しはしませんので、ご注意ください。 【申請期間】10/1(木)～9年1/29(金) 【申請場所】総合保健センター内特設会場、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申請する場合、予診票の受け取りに10日間程度かかります。	

介護予防



介護予防センター(総合保健センター2階)についてはこちら

記号の説明 窓口相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時	内容など	対象・申し込み・問い合わせ先
体操会など	体操会	(月)を除く平日 ※(金)は午前のみ 9:15～9:55、13:15～13:55	介護予防のために、ラジオ体操、筋トレなどの軽い運動を実施 ※週1回まで	●対象 おおむね65歳以上(要介護・要支援認定の申請中または認定を受けている人、総合事業を利用している人を除く) ②認知症や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あり) ③病院などから栄養指導を受けていない人 介護予防センター ☎38-0726 (公社)認知症の人と家族の会青森県支部 ☎35-0930
	集いの場	(火)～(木) ※(祝)を除く 10:00～10:40、14:00～14:40	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 ※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 窓口相談	(月)～(金) ※(祝)を除く 10:00～12:00、14:00～16:00	①運動・体力に関する相談(理学療法士) ②認知症予防に関する相談(作業療法士) ③食生活に関する相談(管理栄養士) ④介護予防に関する相談(保健師など)	
教室	シニアいきいき教室(介護予防教室) 要申込	10/19(月)13:30～14:30	聞こえにくくなったと思ったら聴く話 ●講師 大高美貴 ^{おおたか みき} (青森県言語聴覚士会言語聴覚士) ●定員 20人 ●申込開始日 9/24(木)	
交流会	認知症の人を抱える家族のつどい	10/17(土)13:30～15:30	認知症の人を支える介護者同士がお互いに話し合い、介護の知恵を得る	

10月29日は世界脳卒中デーです

〒(大)弘前大学医学部附属病院脳卒中・心臓病等総合支援センター ☎0172-39-5459

脳卒中への理解・関心を深めてもらうため、総合保健センターを青色にライトアップします。

●期間 10月29日(木)～11月1日(日)各日17時～21時



詳しくは
こちら

第11回市民健康セミナー 要申込

申問(公財)八戸市総合健診センター ☎70-5563

- 日時 10月23日(金)9時、13時 ※各回3時間程度
 - 場所 総合保健センター1階 大ホール
 - 内容 QOL 健診
 - 講師 中路重之(弘前大学名誉教授)
 - 定員 各回50人(申込多数の場合、初回受診者優先)
- ☎10月2日(金)までに申込フォームから申し込み



申込フォーム
はこちら

成人保健



Instagramで
健康情報発信中!

申問健康づくり推進課 ☎38-0713

記号の説明 ☎ 電話相談 👤 窓口相談 要申込 申し込み必要

	名称	日時・場所	内容・テーマほか
相談	保健師による健康相談 ☎ 👤	(月)～(金) ※(祝)を除く 電話相談 8:15～17:00 窓口相談 10:00～12:00、13:00～16:00	成人のからだの病気に関する相談
	管理栄養士による 個人相談 窓口相談のみ事前申込優先 ☎ 👤	電話相談 (月)～(金) ※(祝)を除く 8:15～17:00 窓口相談 10/7(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



土日に健診を受けてみませんか 要申込

固国保年金課 ☎43-9376(国保特定健診) ☎43-9065(後期高齢者健診)

市では、平日に健診を受けることが難しい人のため、休日健診(人間ドック含む)を実施します。仕事やプライベートを充実させるためにも、この機会に健康状態をチェックしましょう。

●実施日 11月7日(土)、12月13日(日)、9年3月13日(土)

●場 所 総合健診センター

●対 象 30歳以上の国民健康保険および後期高齢者医療加入者(39歳以下の人は人間ドックのみ受診)

☎電話で(公財)八戸市総合健診センター ☎70-5563(先着順)



詳しくは
こちら

「受託医療機関」が変更になります

固保健予防課 ☎38-0715

わが家の健康カレンダー掲載の「受託医療機関」が、次のとおり変更になります。

	医療機関	電話番号	内容
追加	おっとも脳神経クリニック	☎41-1115	帯状疱疹(生ワクチン・不活化ワクチン) ※要予約



詳しくは
こちら

高齢者福祉合同研修会

固高齢福祉課 ☎43-2316

高齢化が進むとともに、認知症の人の数は増加していくといわれています。認知症になっても、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるためには、認知症の正しい理解が大切です。誰にでも起こり得る認知症について、楽しく学びませんか。

●日時 10月8日(木)13時30分～15時20分

●場所 総合保健センター1階 大ホール

●内容 ①講演「認知症の人とともに暮らす地域づくり」
～理解から実践へ 一人ひとりを尊重するかかわり～
②KAIGOきらめき隊☆ケアヒーローズによる
脳活ゲーム大会

●講師 八戸学院大学短期大学部介護福祉学科

①柏葉英美(教授)②学生

●対象 八戸圏域に在住の人

●定員 100人



詳しくは
こちら

