

2026

八戸市血圧測定キャンペーン

2026.6.1(月) ▶▶▶2027.2.26(金)



血圧を測ってBOXティッシュをもらおう！

地域の健康づくりのリーダーである保健推進員で構成する「八戸の健康まもり隊」が、『八戸市版 血圧手帳』を作成しました！

八戸市は循環器疾患、特に脳血管疾患で命を落とす方が多い状況が続いています。発症リスクの一つである高血圧は、自覚症状がないまま進行してしまうため、日ごろからご自身の血圧を測り、健康状態を把握することが大切です。

まずは、『八戸市版 血圧手帳』を活用し、ご家族やご友人と一緒に血圧測定にチャレンジしてみませんか？

■『八戸市血圧測定キャンペーン』概要

血圧を測定し、血圧手帳の記録欄すべてに記録できた方には、粗品(オリジナルデザインBOXティッシュ1箱)をプレゼントします！



期間

令和8年6月1日～令和9年2月26日

※キャンペーンは2月26日までですが、終了後も定期的な測定をお勧めします！

対象者

18歳以上の市民、または市内に通勤、通学している方

血圧手帳 入手方法

- ①市ホームページからダウンロードし印刷
- ②八戸市総合保健センター(1階総合受付・健康づくり推進課窓口)
- ③市内各公民館(数に限りがあります)

引き換え 期間・場所

八戸市健康づくり推進課窓口で、血圧手帳をご提示ください。

1回目:令和8年8月

2回目:令和8年11月

3回目:令和9年2月

／何回でもチャレンジOK＼

各回お一人様1箱まで！

※粗品はなくなり次第終了となりますので、ご了承ください。



STEP1

血圧を測定

- ・各自、家庭等で血圧を測定。
- ・血圧手帳をよく読んで、正しい方法で測定しましょう。

STEP2

血圧手帳へ記録

- ・測定したら血圧手帳へ記録
- ・毎日じゃなくてもOK

STEP3

粗品と交換

- ・62日分の記録ができれば、健康づくり推進課窓口で血圧手帳を提示。

代表の方がまとめて引き換えにきてもいいにゃ♪



問合せ:八戸市保健所 健康づくり推進課

八戸市田向三丁目6-1
0178-38-0713