2026

八戸市血圧測定キャンペーン

2026.6.1㈪ ▸▸▸2027.2.26㈮

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~~　終了！
2回目：令和8年**11**月
3回目：令和9年**2**月

各回お一人様1箱まで！

※なくなり次第終了となりますので、ご了承ください。

特設引換日

以下の5日間（9：30～15：30）は、保健センター1階にスタッフが常駐し　引き換えができます！

11月 5日（木）　15日（日）　25日（水）
（※11/15は健康フェスタ内）
2月15日（月）　25日（木）

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日分の記録ができたら、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