八戸市休日夜間急病診療所

電話番号	0178-20-7651
場　所	八戸市総合保健センター１階
診療科目	内科・小児科・外科系
診 療 日	年中無休
診療時間	平日（月曜日～土曜日）：19時～23時 （発熱外来受付：22時まで） 日曜・祝日、12月31日～１月３日： 12時～23時（発熱外来受付：22時まで）
お持ちいただくもの	保険証・診察料・受給者証（乳幼児、ひとり親家庭等）・お薬手帳

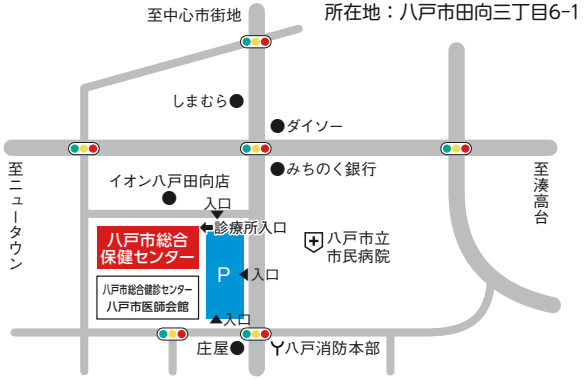
◎発熱外来の電話受付開始は診療開始30分前からです。
◎電話受付の状況により受入を制限する場合があります。
◎受付人数によっては診療や会計に時間がかかります。

八戸市休日歯科診療所

電話番号	0178-38-0727
場　所	八戸市総合保健センター１階
診 療 日	日曜・祝日、12月31日～1月3日、8月13日～15日
診療時間	９時～15時（受付：14時30分まで）
お持ちいただくもの	保険証・診察料・受給者証（乳幼児、ひとり親家庭等）・お薬手帳

●八戸市総合保健センター案内図

所在地：八戸市田向三丁目6-1



元気なうちから介護予防を！

介護予防センターでは、介護予防に関するさまざまな事業を行っています。気軽に参加して、一緒に介護予防に取り組んでみませんか。

	名　称	内　容
体操会など	体 操 会	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。
	集いの場	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※	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】	理学療法士による「運動・体力」についての相談
		作業療法士による「認知症予防」についての相談
		管理栄養士による「低栄養改善などの食生活」についての相談
		保健師などによる「介護予防全般」についての相談
教室※	シニアいきいき教室【介護予防教室】	心身の機能低下を予防し、元気でいきいきとすごせるよう、介護予防や認知症予防に関するさまざまな教室を開催しています。

◎上記のほかにも、さまざまな事業を開催しています。
◎八戸圏域（八戸市・三戸町・五戸町・田子町・南部町・階上町・新郷村・おいらせ町）にお住まいで、要介護・要支援の認定を受けていない方、または総合事業を利用していない方が参加できます。
◎※の事業については、事前にご予約ください。

●開催日時や詳細については、広報はちのへまたは市ホームページをご覧ください。

市ホームページはこちら ⇨

みなさまの介護予防を応援します！

問合せ先	介護予防センター　TEL 38-0726 （八戸市総合保健センター２階）

青森県こども医療でんわ相談

受付時間

平日／午後６時～翌午前８時
土曜／午後１時～翌午前８時
日祝※／午前８時～翌午前８時
※８/13、12/29～１/３は日祝と同じ

電話番号

▶ 局番なしの#8000（シャープ）

ダイヤル回線電話・公衆電話からは

▶ 017-722-1152

❶ 対象：概ね15歳未満の子どもの保護者等
❷ お子さんが休日・夜間の急な病気で心配なとき
❸ 看護師が電話で相談に応じます

※子どもの急な病気やけが等への応急的な対処方法等に関する助言と情報提供を行うもので、治療や処置を指示するものではありません。

発行　八戸市 こども健康部 保健所 健康づくり推進課　TEL 38-0710

印刷部数／101,000部　印刷経費／１部あたり43.45円