

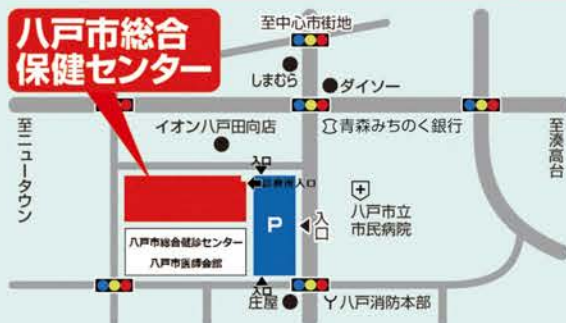
八戸市休日夜間急病診療所

電話番号	0178-20-7651
所在地	八戸市田向三丁目6番1号 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	マイナンバーカード・診療料・ 各医療費受給者証（子ども、ひとり親 家庭等）・お薬手帳

八戸市休日歯科診療所

電話番号	0178-38-0727
所在地	八戸市田向三丁目6番1号 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	マイナンバーカード・診療料・ 各医療費受給者証（子ども、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



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	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。
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
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 と過ごせるよう、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。

- ◎利用できる方
・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、**おおむね65歳以上の介護予防に関心がある方。**
・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。
◎上記のほかにも、さまざまな事業を開催しています。
◎※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※／24時間

※8/13、12/29～1/3は日祝と同じ



＜電話番号＞

局番なしの **#8000**

ダイヤル回線電話、公衆電話からは

017-722-1152

- ① 対象：概ね15歳未満の子どもの保護者等
- ② お子さんが休日・夜間の急な病気で心配なとき
- ③ 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。

あおもり救急電話相談

＜受付時間＞

24時間365日

＜電話番号＞

局番なしの **#7119**

ダイヤル回線電話、公衆電話からは

017-718-0289

詳しくはこちら⇒



※通話料は利用者負担となります。
※急なケガや病気で、救急車を呼んだ方がよいのか、病院に行った
方がよいのかなど判断に迷ったときに、看護師等の専門家のアド
バイスを受けられます。医療行為ではありません。

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42.35円