

健康・医療ナビ

Health and Medical Care

20歳から 子宮頸がん検診 ～未来の自分のために～



◆20～30歳代から急増する子宮頸がん
子宮頸がんは、ヒトパピローマウイルスの感染が原因と言われ、一度でも性交渉の経験があれば、誰でも感染している可能性があります。

◆20歳を過ぎたら2年に1回、子宮頸がん検診
子宮頸がんは、早期のうちにはほとんど自覚症状がありません。検診では、がんになる前の「前がん病変」やごく初期のがんを発見でき、早期治療に繋がります。対象のかたは、ぜひご利用ください。

※対象者、自己負担金、集団検診の詳細は10ページの「集団検診・検診」、個別検診の詳細は市ホームページをご覧ください。



市の子宮頸がん検診については、動画でも確認できます。



青森市の子宮頸がん検診

青森市健康づくり推進課

青森市保健部 公式チャンネル

☎健康づくり推進課(017-718-2918)
浪岡振興部健康福祉課(0172-62-1114)

がん検診などの 受診者証・無料クーポン券をご利用ください

受診者証、無料クーポン券を、対象者へ5月末に送付しました。有効期限はいずれもR7.3/31(月)です。あなたの健康管理にぜひお役立ててください。

☎健康づくり推進課(017-718-2918)
浪岡振興部健康福祉課(0172-62-1114)

きちんとお薬飲めていますか?


「ポリファーマシー」とは、多くの薬を服用しているために副作用を起こしたり、薬を飲み忘れるなど、きちんと薬が飲めなくなっている状態を言います。特に高齢になると複数の病気を持つかたが増え、受診する病院や薬が増える傾向があります。

薬を正しく服用するために…

◆お薬手帳を1冊にまとめましょう
医師や薬剤師などの専門家が、全ての薬の情報を把握することが大切です。

◆かかりつけ薬局や薬剤師、主治医に相談しましょう
薬の効果や副作用など、心配なことがあるときは相談しましょう。

☎国保医療年金課(017-718-1146)



市民病院脳ドックのお知らせ

脳血管障害などの脳疾患の早期発見・治療のため、脳ドックを実施しています。

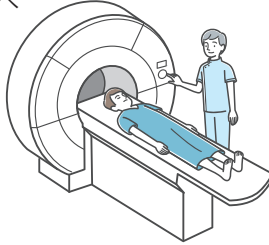
時 毎週月・木曜日 8:40～(祝日、年末年始を除く)
※受付から終了まで2時間程度

内 問診、身長・体重・血圧測定、MRI・MRAによる画像診断
※検査結果は2週間程度で郵送

対 満18歳以上のかた 各日5人(申込順)

料 24,530円
(青森市国民健康保険または後期高齢者医療制度加入者は3割負担)

申 問 前月15日までに、市民病院(017-734-2171)へ
青森市国民健康保険
または後期高齢者医療制度加入者は、
国保医療年金課(017-773-0181)、
浪岡振興部健康福祉課(0172-62-1153)へ
※いずれも土・日、祝日、年末年始を除く



一日人間ドック・脳ドックを受けましょう

国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者を対象に、一日人間ドックまたは脳ドックの検査料金の一部を助成しています。


所 市が委託する医療機関など

対 青森市国民健康保険に加入している満18歳以上のかた、
または後期高齢者医療制度に加入しているかたで、
市税に未納のないかた

料 検査料金の3割相当額(自己負担額上限11,000円)

備 年度中に助成を受けられるのは、
一日人間ドックまたは脳ドックのいずれか

申 問 国保医療年金課(017-773-0181)
または浪岡振興部健康福祉課(0172-62-1153)へ



満70歳以上の皆さんに いき・粹乗車証を交付

市営バスなどを低料金で利用できる高齢者福祉乗車証「いき・粹(いき)乗車証」(有効期限なし)を交付します。申請は満70歳の誕生日の前日(前日が土・日、祝日のときはその前日)からできます。詳しくは、お問合せください。

◆12/20(金)～R7.1/6(月)に満70歳になるかたは、12/19(木)から申請できます。(土・日、祝日、年末年始を除く)

問 いき・粹乗車証については
高齢者支援課(017-734-5326)、浪岡振興部健康福祉課(0172-62-1134)
AOPASSについては、東部営業所(017-726-5443)



市民無料健康講座「かだれ健康塾」

「脳の仕組みと腸の関係」
講師:須藤涼子さん(健康管理士上級指導員)

時 12/1(日) 10:00～11:30

所 青森県総合社会教育センター 2階第6研修室 20人 料 無料

問 青森県健康管理士会(会長 神 017-781-9559)

歯科医師による健康教室/健康相談 要予約

オーラルフレイルとは何か、どう対策するか
講師:渡邊洋平さん(渡辺歯科クリニック院長)


時 12/18(水)
【健康教室】13:00～14:00、【健康相談】14:00～15:00

所 元気プラザ

対 【健康教室】60人(申込順)、【健康相談】4人(申込順)

料 無料

申 問 12/11(水)までに、健康づくり推進課(017-718-2942)へ



集団健診・検診(1月の日程)

実施場所・日程

実施場所	実施日・受付時間
青森県総合健診センター	1/9(木)、15(水)、18(土)、22(水)、27(月)、30(木) 〈午前の部〉8:30~9:30 〈午後の部〉12:30~13:30

健康診査(R6.4.1~R7.3.31に次の年齢になるかた)

健診	対象	自己負担金	受付時間
特定健康診査	40歳以上の青森市国保加入者	無料	午前の部
後期高齢者健康診査	後期高齢者医療制度加入者		
健康診査	40歳以上の生活保護受給者など		
若年健康診査	30~39歳の青森市国保加入者		

がん検診など(R6.4.2~R7.4.1に次の年齢になるかた)

◆対象 本市に住民票のあるかた

健診・検診名	対象	自己負担金		受付時間
		青森市国保加入者	左記以外	
肺がん検診・結核健診	40歳以上	無料*1	無料*1	午前の部*2
大腸がん検診	40歳以上	無料	510円	午前の部
胃がん検診*3	50歳以上(胃部エックス線検査)	510円	1,020円	午前の部
子宮頸がん検診	20歳以上	510円	1,020円	午後の部
乳がん検診	40~59歳	1,020円	1,430円	
	60歳以上	無料	410円	
肩粗しょう症検診*5	40・45・50・55・60・65・70歳の女性	510円	510円	午前・午後の部
ABC胃がんリスク検診	40歳になるかた	1,320円	1,320円	午前の部

- ※1 必要と認められたかたは、喀痰検査が追加(青森市国保加入者以外のかたは自己負担金410円)
- ※2 青森県総合健診センターは、女性のみ午後も受付
- ※3 集団検診は「胃部エックス線検査」のみとなります。偶数年齢のかたは「胃部エックス線検査」「胃内視鏡検査」の選択制となり、「胃内視鏡検査」は、指定医療機関へ直接ご予約ください(青森市国保加入者1,620円、その他3,250円)。また、令和5年度に市の胃内視鏡検査を受診したかたは、令和6年度の市の胃がん検診は受診できません。
- ※4 奇数年齢でも昨年度未受診のかたは、受診できます。
- ※5 青森県総合健診センターのみで実施。
- ★上記(※3含む)以外の検診・対象外のかたの検診については任意での検診となるため、費用は全額自己負担となります。申込みや料金などについては、医療機関または青森県総合健診センター(☎017-741-2336)へお問合せください。

申込方法

申込締切は希望日の2週間前です。ただし、定員に達した場合など、早期に締め切る場合がありますので、ご了承ください。

◆市ホームページ 各種健診・検診申込みフォーム

◆市LINE公式アカウント

友だち登録し、「手続・便利」タブを選択 → 「健診・検診申込」から申込み

◆電話 下記申込先へ

◆窓口 健康づくり推進課(元気プラザ内)、浪岡振興部健康福祉課、国保医療年金課、各情報コーナー、各支所

◆はがき・FAX 住所・氏名・生年月日・電話番号・健康保険被保険者証の種類・希望日・希望健診(検診)名・希望会場を記載の上、下記申込先へ

申込み・問合せ先



各種健診・検診申込み



青森市公式LINE

健康づくり推進課

〒030-0962 佃二丁目19-13

☎017-743-1745 ㊚017-743-6276

浪岡振興部健康福祉課

〒038-1392 浪岡字稲村101-1

☎0172-62-1114 ㊚0172-62-0023

◎特定健康診査は、加入している医療保険によって受診方法が異なりますので、ご加入の保険窓口へお問合せください。

◎高齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証をお持ちのかた、生活保護受給者・市民税非課税世帯*のかたは、検診が無料になります。

※市民税非課税世帯のかたは、事前にお申し出ください。

個別健診・検診は指定医療機関で受診できます。直接、医療機関にご予約ください(医療機関によって受診可能な内容は異なりますので、お問合せください)。

市民税非課税世帯のかたは、次のいずれかの提示により検診が無料となります

(高齢受給者証・後期高齢者医療被保険者証をお持ちのかたは不要)

- ①青森市健康増進事業無料受診券*
申請には申請書のほかに身分証明書の写しが必要です。
- ②介護保険料額決定通知書(令和6年度)
- ③介護保険料納入通知書(令和6年度)
- ④介護保険負担限度額認定証(令和7年7月31日の有効期限)



※…事前の交付申請が必要となりますので、がん検診などの受診前に必要書類を問合せ先まで提出し、無料受診券の交付を受けてください。申請書の設置場所は、お問合せください。

医師による不妊専門相談 要予約

時 12/26(木) 13:15~14:00 所 対象者に別途お知らせ

対 2組(申込順) 料 無料

申問 12/19(木)までに、

あおもり親子はぐくみプラザ(☎017-718-2984/土・日、祝日を除く)へ

12月1日(日)は「世界エイズデー」

エイズは発症するまで自覚症状がほとんどなく、感染に気が付かないことが多い病気です。HIV検査を受けなければ、感染しているかどうか分かりません。

検査は無料・匿名で受けることができます。この機会にHIV検査を受けてみませんか。

時 原則月2回 13:00~14:00

※詳しい日程は、市ホームページをご覧ください。

所 青森市保健所(元気プラザ)別館1階 料 無料

備 希望者には性感染症(性器クラミジア、梅毒)とB型肝炎、C型肝炎検査を匿名で実施

申問 事前に、市ホームページまたは感染症対策課(エイズ相談専用 ☎017-765-5295)へ



高齢者を対象とした定期予防接種

高齢者新型コロナワクチン接種は10月から、高齢者インフルエンザ予防接種は11月から実施しています。詳しくは、市ホームページまたは本紙9・10月号をご覧ください。

☑ 感染症対策課(☎017-718-2852)

青森市医師会からのお知らせ Vol.5

「かかりつけ医を持つことのメリット」

【寄稿】中野 朝子さん(中野脳神経外科・総合内科クリニック 副院長)

【かかりつけ医を持つことのメリット】

- ・患者さんの家族や生活習慣、仕事、アレルギー、病歴、薬剤情報の把握がなされる
- ・日常的によくある疾患へ幅広く対応してもらえる
- ・親身になって話を聞いてもらえる、病状を分かりやすく説明してもらえる
- ・信頼関係を築ける、コミュニケーションストレスが少ない
- ・医療に関する不安や悩みを相談できる
- ・重複した無駄な検査がない
- ・必要に応じて専門医療機関への紹介状を書いてもらえる
- ・高い初診料が発生しない
- ・福祉サービスなどいろいろな支援を受けやすくなる

【総合診療外来とは】上記に加え、

- ・どのような傷病でもまず診て、対応する
- ・臓器ごとに診るのではなく、身体を総合的に診る
- ・治す医療はもちろん、支える医療、健康意識を高める啓もうを実践

【最後に】

自宅や職場の近くにそのようなかかりつけ医を持つとよいでしょう。医師との相性もあると思うので、かかりつけ医を替えることは可能です。その際は紹介状やお薬手帳があると便利です。しかしコンビニに行くようなドクターショッピングは好ましくありません。待ち時間が長い、そのほかのご不満などがあれば感情的にならずにスタッフにお知らせください。限りある診療時間ですので伝えたいことは事前に箇条書きしておくといでしょう。「お互いの信頼関係」があってこそ良い医療が行えるのです。

☑ 青森市医師会(☎017-777-1501)

青森市版エンディングノート「わたしノート」

最期まで自分らしく暮らすために、どこで、どのように過ごしたいのか。人生を振り返りながら、今のうちから考えてみませんか。

「終活」の一つとして青森市版エンディングノート「わたしノート」を配付していますので、希望するかたは窓口までお越しください。

※1人1部配付



◆配付場所・配付時間

高齢者支援課、浪岡振興部健康福祉課
月～金曜日(祝日、年末年始を除く)8:30～18:00
お住いの地区を担当する地域包括支援センターでも配付しています。

☎ 高齢者支援課(☎017-734-5206)

第4回 おひとりさまの終活セミナー

終活に必要なポイントの紹介や、終活に関わる各事業者を招き、最近の動向を説明します。

時 12/6(金) 14:00～15:00(13:30～開場)

所 ねぶたの家ワ・ラッセ1階 交流学习室(1)(2) 料 無料

備 当日、直接会場へ 問 NPO法人SOLO(高島 ☎017-735-0330)

若年性認知症の人と家族のおしゃべり会「ゆるっと会」

若年性認知症のご家族やご本人が「ゆるっと」気軽に、情報交換などを行っています。2部屋あるので、家族同士、本人同士で気兼ねなくおしゃべりしましょう。お話を聞くだけの参加や途中参加・退室も可能です。

時 12/8(日) 13:30～15:30 所 しあわせプラザ 大会議室

対 若年性認知症の本人・家族・支援者など 人 15人程度 料 無料

申 問 12/6(金)までに、
高齢者支援課(☎017-734-5206、☎017-734-5789)へ

認知症の人とともに歩む家族のつどい

認知症の人の介護者同士がお互いに話し合い、介護の知恵を知ることができる場所です。聞くだけの参加、途中参加・退室も可能です。

時 12/15(日) 13:00～15:00 所 しあわせプラザ

対 認知症の人の介護者など 料 無料 備 当日、直接会場へ

問 (公社)認知症の人と家族の会青森県支部(鷹架 ☎090-2982-1650)



〈広告〉

ハンセン病元患者のご家族へ 厚生労働省
～対象となる方々に「補償金」を支給します。秘密は守られます。～

○秘密は守られますので、まずは、お電話でご相談ください。不安なお気持ちやご質問にも丁寧に答えます。
○この補償金は、国が、誤った隔離政策により、元患者のご家族の皆様にも多大の苦痛と苦難を強いてきたことを心からお詫びし、その精神的苦痛を慰謝するためのものです。

対象者	(ア) 配偶者(事実婚も含む) (イ) 親、子 (ウ) 親・子の配偶者及び配偶者の親・子等	補償金額 180万円
	(エ) 兄弟姉妹 (オ) 祖父母、孫 (カ) 祖父母・兄弟姉妹・孫の配偶者及び配偶者の祖父母・兄弟姉妹・孫等 (キ) 曾祖父母、ひ孫、おじ、おば、おい、めい	補償金額 130万円

※ 同居など一定の要件が必要な場合があります。

厚生労働省 電話番号 03-3595-2262
受付時間 10:00～16:00 (月曜日から金曜日、土日祝日、年末年始を除く。)
請求期限は、令和11年(2029年)11月21日まで

ハンセン病問題 を正しく理解し、偏見や差別のない社会の実現を目指しましょう。

ハンセン病 厚労省 検索

〈広告〉

○合同説明会を実施しております。詳しくはお電話、WEBで ※1柱 8万円～
12/14 14:00

[墓じまい][永代供養]

海洋散骨 祖霊社

全国唯一 病厄除守護神 廣田神社
受付時間 8:30-16:30 [休務日 水曜日]
青森県青森市長島2丁目13-5
Tel. 017-776-7848

〈広告〉

かんぽ生命
マイページからお手続きが
スマホで簡単に
できるようになりました!

手続きできる主な内容

- 住所・電話番号の変更
- 入院・手術保険金請求など

詳しくはこちら! → かんぽ マイページ
広Ⅱ 03 202410 262

あおもり健康づくりリーダーと健康チャレンジ!

市民の健康増進に向け、地域の健康づくりを牽引する「健康づくりリーダー」と一緒に、各地域で開催している講座・イベントに参加しませんか?

申 問 健康づくり推進課(☎017-718-2912、☎017-718-2942)

✳ 沖館地区

体力づくり講座 要予約

時 12/4(水)・19(木) 10:00～11:30

所 沖館市民センター

内 椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど 料 無料

備 汗拭きタオル・飲み物、ゴムボール持参。動きやすい服装でお越しください。

申 初参加のかたは、前日までに、☎☎へ

✳ 冬を健康に乗り切するためのチェック&ウォーキング

時 12/6(金) 13:30～16:00(13:20～受付)

所 盛運輸サンドーム2階 会議室集合

内 ①健康チェック(血圧、体組成、握力測定、立ち上がりテストなど)
②健康づくりや自身の体を知ることを目的としたミニ健康講座

③1周300mの屋内コースを自身の体力に合わせて歩行

人 15人

料 施設使用料:1100円(70歳以上は無料 ※別途手続きが必要)

備 上履き・汗拭きタオル・飲み物・身分証持参

申 12/5(木)までに、☎☎へ

✳ 西部地区体力づくり講座・健康C&C(Check&Challenge)

時 12/11(水) 10:00～11:30 要予約

所 西部市民センター3階

内 ①椅子に座って行う筋力トレーニング・健康体操

②血管年齢や握力測定などの健康チェック

③健康相談(予約優先)

人 40人(申込順) 料 無料

備 汗拭きタオル・飲み物・内履き持参、公共交通機関でお越しください。

申 前日までに、☎☎へ

✳ 中央地区リーダー企画 ロコトレ講座 要予約

時 ①12/12(木)、②R7.1/9(木) 10:00～11:30

所 ①中央市民センター ②県民福祉プラザ

内 健康講話、骨・関節・筋肉などを鍛えてロコモを予防する運動

人 20人(申込順) 料 無料

備 スポーツタオル・飲み物・内履き持参、動きやすい服装でお越しください。

申 12/2(月)～11(水)までに、☎☎へ

✳ 健康づくりリーダーと歩く!

毎月第2・第4金曜日は
ウォーキングの日にしよう!

時 12/13(金)・27(金) 10:00～11:00

所 カクヒログループスーパーアリーナ 2階 ランニングコース

料 施設使用料:一般190円、65歳以上100円(70歳以上は無料 ※別途手続きが必要)

備 内履き・飲み物・汗拭きタオル持参、動きやすい服装で、当日、直接会場へ

問 あおもり健康づくりリーダー(渋谷 ☎090-4633-7465)

✳ 三内・西滝地区 体力づくり講座 要予約

時 12/18(水) 10:30～11:45

所 滝内福祉館

内 椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど

人 30人(申込順) 料 無料

備 汗拭きタオル・飲み物持参、動きやすい服装、公共交通機関でお越しください。

申 前日までに、☎☎へ

✳ 中央地区 体力づくり講座 要予約

時 12/26(木) 10:00～11:30

所 中央市民センター

内 椅子に座って行う筋力トレーニング・ストレッチなど

人 20人(申込順) 料 無料

備 スポーツタオル・飲み物・内履き持参、動きやすい服装でお越しください。

申 前日までに、☎☎へ

✳ リーダーと運動しよう! 体力づくり講座 要予約

時 ①R7.1/7(火) ②R7.1/14(火)
③R7.1/21(火) ④R7.1/28(火)
10:00～11:15【2つまで選択可】

所 元気プラザ

内 ①～③椅子に座って行う筋力トレーニング・健康体操

④寝て行う筋力トレーニングなど

人 ①～③40人(申込順)

④30人(申込順) 料 無料

備 公共交通機関でお越しください。④はヨガマットまたはバスタオル持参

申 R7.1/6(月)までに、☎☎へ

生活習慣病予防教室に参加しよう 要予約 ～県病主催アフターファイブの健康教室～

体力測定、運動指導、生活習慣改善のお話(医師)、食事のお話(管理栄養士)など

時 R7.1/7(火)・21(火) 18:00～20:00 所 青森県立中央病院
対 高校生以上(医師から運動制限されているかたを除く) 人 20人 料 無料
申 問 R7.1/6(月)12:00までに、青森県立中央病院 経営企画室
(☎017-726-8402/土・日、祝日を除く10:00～17:00)へ

スポーツ医科学講座開催! 要予約

箱根駅伝総合優勝7回を誇る青山学院大学陸上競技部のトレーナーをお招きし、講座を開催します。

指導者、競技者の皆さん、ぜひともご参加ください。

時 12/9(月)18:00～ 所 県観光物産館アスパム 人 50人 料 無料
申 問 12/5(木)までに、申込フォームより申込み、
または申込書を、地域スポーツ課(☎017-718-0337、
✉chiikisupo-tsu@city.aomori.aomori.jp)へ
問 地域スポーツ課(☎017-718-1431)



女性アスリートの健康支援 要予約 ～月経への正しい対処法を知って 競技力を高めよう!～

初経や月経にまつわる知識を学んで、女性ならではの身体の不調の対処法を習得し女性アスリートの競技力向上や健康支援につなげます。

講師:蓮尾豊さん(あおもり女性ヘルスケア研究所所長)

時 12/23(月)14:30～16:30 所 男女共同参画プラザ「カダール」研修室
対 小～高校生チームのスポーツ指導者、選手、保護者 人 50人 料 無料
申 問 事前に、氏名・電話番号を、
男女共同参画プラザ「カダール」(☎017-776-8800、☎017-776-8828、
✉kadar-kouza@kadar-acor.jp)へ ※Eメールは件名に「女性アスリート」と記入



スポーツ教室 要予約

教室名	開催日時	対象/人員/料金
オカでんアリーナ ☎017-765-6200		
カーリング実技指導 申 12/1(日)～R7.1/16(木)(申込順)	R7.1/21(火) 13:00～15:00	対 小学4年生以上 人 10人 料 個人利用料
少年少女カーリング教室 申 12/1(日)～26(木)(申込順)	R7.1/6(月)・7(火)・9(木)・ 10(金) 10:00～12:00	対 小学4～中学3年生 人 16人 料 1,600円

まちなかいきいきサロン

料 無料 備 当日、直接会場へ(30分前～受付) ※当日の人数や内容により、満員になり次第受付を終了する場合があります。 問 高齢者支援課(☎017-734-5326)

実施場所	開催日時	内 容
生協コスモス館 (1階 イートインスペース)	12/3(火) 10:30～11:30	まちなかハッスル元気体操
浪岡老人福祉センター (1階 多機能室(大広間))	①12/4(水) ②12/18(水) 10:00～11:00	①元気に体と頭の体操 ②楽しく体を動かそう!
ラ・セラ東バイパス ショッピングセンター (1階 フードコート)	①12/9(月) ②12/23(月) 10:30～11:30	①運動で、体も心もリフレッシュ! ②ちょっと寄り道、みんなで体操!
サンロード青森 (1階 サンホール)	①12/10(火) ②12/17(火) 11:00～12:00	①運動で楽しくリフレッシュ! ②冬に向けて足腰強化!
シーナシーナ青森 (1階 フードコート)	①12/11(水) ②12/25(水) 10:30～11:30	①ロコトレと脳トレ ②運動プログラム
アウガ (1階 駅前スクエア)	①12/11(水) ②12/26(木) 11:00～12:00	①ずっと元気で い体操(いたいぞう!) ②フレイル予防でいきいき元気!

地域健康教室 要予約

青森保健生活協同組合では、健康長寿のため、健康教室を開催しています。

料 無料 申 問 事前に、青森保健生活協同組合(☎017-762-5888)へ

開催日時	場 所	内 容
12/17(火)10:00～	すみれ会館	健康チェック、健康体操
12/18(水)14:00～	東部市民センター	健康チェック、健康体操
12/20(金)14:00～	東部市民センター	健康チェック、ソフトバランスボール

急病診療案内

問 保健予防課
(本庁舎☎017-734-5770)

救急医療施設の確認は…

- ◎救急病院紹介 消防本部(☎017-722-2211)
- ◎医療情報ネット



青森市急病センター(☎017-773-6477)

曜日によって診療科目・診療時間が異なります。内科は水曜、小児科は月曜、外科は月・水・金曜が休診となります。休診日に応急処置を希望されるかたは、夜間在宅当番医をご利用になるか、比較的軽いかたはできる限り日中の診療時間内にかかりつけ医などで受診いただきますようお願いいたします。救急医療を必要な人が適切な治療を受けられるよう救急医療施設の適正利用にご理解とご協力をお願いします。

◆診療科目・診療日

	月	火	水	木	金	土	日
内 科	○	○	休	○	○	○	○
小児科	休	○	○	○	○	○	○
外 科	休	○	休	○	休	○	○

◆診療時間 ※予約不要

月・水・金	19:00～21:00 (受付は20:30まで)
火・木・土・日	19:00～22:00 (受付は21:30まで)
5/3～5、年末年始	

※5/3～5、12/29～1/3は内科・小児科・外科を診療

◆夜間在宅当番医など(初期救急・症状の軽い患者に対応)

- ・内科(毎日)/救急病院紹介または医療情報ネットでご確認ください
- ・小児科(月曜)/青森市民病院(※診察代のほかに選定療養費(7,700円)がかかります) ※診察は月曜日19:00～22:00(受付は21:30まで)

＊あおもり救急電話相談(15歳以上)(☎#7119 または ☎017-718-0289) 【毎日】24時間

＊子ども医療でんわ相談(15歳未満)(☎#8000 または ☎017-722-1152) 【月～金】18:00～翌朝8:00 【土】13:00～翌朝8:00 【日・祝】8:00～翌朝8:00

＊夜間のお薬相談(☎090-5849-4348) 【毎日】19:00～23:00

初期救急医療施設案内

時間帯や症状に応じて 初期救急医療施設をご利用ください

- ◆夜間や日曜日・祝日の比較的軽度な急病患者への応急処置は、青森市急病センターや夜間在宅当番医・休日救急歯科で受け付けています。
- ◆浪岡地区では、市立浪岡病院(☎0172-62-3111)が急病患者を受け付けています。
- ※症状が重い場合は、曜日・時間帯にかかわらず、至急119番通報してください。

時間帯	月～土	日、祝日
日中(日・祝日の歯科は9:00～12:00)	医療施設(診療時間は各診療所に直接ご確認ください。)	休日救急歯科
18:00～8:00	夜間在宅当番医など(救急病院紹介(消防本部)へ問合せ)	
19:00～22:00 (月・水・金は21:00まで)	青森市急病センター (曜日によって診療科目が異なります)	

■休日救急歯科(9:00～12:00) 事前に電話で要予約

診療日	医院名	電話番号	所在地
12/1(日)	阿部歯科医院	017-741-6266	栄町二丁目
12/8(日)	ふじもと歯科医院	017-762-2030	荒川字柴田
12/15(日)	熊谷歯科医院	017-734-0686	堤町二丁目
12/22(日)	北川歯科医院	017-738-8188	筒井四丁目
12/29(日)	サクラキ歯科医院	017-775-3951	長島二丁目
12/31(火)	えらデンタルクリニック	017-744-1081	自由ヶ丘二丁目
12/31(火)	成田歯科矯正歯科医院	017-722-8214	堤町二丁目

・当番医は変更となる場合があります。 受診の際は救急病院紹介(消防本部 ☎017-722-2211)へご確認ください。