

暮らしの情報

各種催しなどは、中止や内容変更となる場合がありますので、ご了承ください。詳しくは各ホームページまたは各問い合わせ先で確認を。なお、特別な記載がない場合は、参加料や入場料は無料で、申し込み不要です。

■市ホームページ

<https://www.city.hirosaki.aomori.jp>



▲市HP

健康・スポーツ

こころの健康相談

本人や家族のこころの悩み（眠れない、生きづらさを感じるなど）を聞いてほしいとき、ご利用ください。

時 3月11日(火)、午前9時～正午

所 市保健センター（野田2丁目）

申 3月10日(月)までに、電話で。

※治療中の人は、まずは主治医へ相談を。

問 健康増進課（市保健センター内、☎ 37-3750）

日本アレルギー協会東北支部 市民公開講座

アレルギーとの上手な付き合い方

2月17日～23日の「アレルギー週間」にちなみ開催します。正しいアレルギーの知識を得て、悩みを

解消しませんか。

時 3月8日(土)、午後2時～4時

所 弘前文化センター（下白銀町）2階第3会議室

内 ①「アレルギーと腸内細菌」／②「アレルギー性結膜炎の対策」／③「小児の食物アレルギー」

問 弘前大学医学部附属病院耳鼻咽喉科頭頸部外科（☎ 39-5099）

日本耳鼻咽喉科頭頸部外科学会青森県地方会 市民公開講座

聞こえの検査を受けていますか？～難聴の予防と対応～

時 3月20日(木)祝、午後2時～4時

所 ヒロロ（駅前町）3階多世代交流室1

内 専門医によるわかりやすい難聴の説明

対 30人（先着順）

その他 聴力測定あり（検査結果をもとに難聴相談可能）

問 弘前大学大学院医学研究科 耳鼻咽喉科・頭頸部外科学講座（☎ 39-5099）



休日在宅当番

◎予定が変更となる場合がありますので、受診前に（一社）弘前市医師会・（一社）弘前歯科医師会ホームページや休日在宅当番医に電話でご確認ください。



▲弘前市医師会



▲弘前歯科医師会

		内 科 時 午前9時～正午	耳鼻いんこう科・眼科 時 午前10時～午後4時	歯 科 時 午前9時～正午
3月	2(日)	関医院中津軽診療所（賀田1丁目） ☎ 82-3006	なし	そうた歯科クリニック（豊原1丁目） ☎ 26-6085
	9(日)	さがらクリニック（桔梗野1丁目） ☎ 37-2070	なんば耳鼻咽喉科（高田5丁目） ☎ 55-8749	桔梗野歯科（桔梗野2丁目） ☎ 35-8177
	16(日)	伊東クリニック（元大工町） ☎ 32-0630	なし	関歯科医院（和泉1丁目） ☎ 26-2789
	20(木)祝	なし	なし	第一歯科クリニック（城東中央3丁目） ☎ 27-7706
	23(日)	弘前温泉養生医院（真土字勝剣林） ☎ 82-3377	伊藤眼科（南大町2丁目） ☎ 36-6105	佐藤歯科医院（大浦町） ☎ 36-0412
	30(日)	場崎クリニック（代官町） ☎ 38-6600	なし	なかむら歯科医院（末広4丁目） ☎ 26-0388
4月上旬	6(日)	今村クリニック（松原西2丁目） ☎ 88-3090	よしだ耳鼻科・小児科（中野2丁目） ☎ 33-2306	あおば歯科医院（桔梗野4丁目） ☎ 31-3343
	13(日)	さがらクリニック（桔梗野1丁目） ☎ 37-2070	なし	石岡歯科医院（松森町） ☎ 32-1078

もしも！
のときも

みんなが安心して救急医療を受けるために

～緊急時以外は診療時間内の受診にご協力をお願いします～

問 地域医療課（☎ 37-3788）

救急車の適正利用にご協力を

救急要請がひっ迫するケースが多くなっています。救急車や救急隊員の数は限られていますので、症状の軽い人が安易な要請をすることは望ましくありません。突然の重い病気やひどいケガをした人に応急処置を行い、適切な医療機関に搬送することが救急隊の役目です。

こんな症状は迷わず119番！

- 意識がない
- ぐったりしている
- 呼吸困難
- 突然の激痛（頭・胸・腹・背中）
- ろれつが回らない
- 顔半分が動きにくい
- 突然の手足のしびれ
- 吐血や大量出血
- けいれんが止まらない
- 強い吐き気
- のどに物が詰まった
- 広範囲のやけど
- 高所からの転落、転倒で強い衝撃を受けた
- など

子どもは症状を伝えることができない、高齢者は自覚症状が出にくい場合があるので、注意が必要です。



令和6年
救急出動状況
(弘前市内)

救急出動件数 **8,754** 件
救急搬送人数 **8,025** 人

このうち
軽症者(※)
の割合は
30.9%

(※)…入院を必要としない人

救急車を呼んで良いか悩んだときは

「病院に行くべきかどうか」や「救急車を呼ぶべきかどうか」など悩んだときに、看護師などの専門家に電話で相談することができます（相談料は無料）。

◎あおり救急電話相談（15歳以上）

#7119

(☎ 017-718-0289)

24時間対応

◎青森県子ども医療でんわ相談（15歳未満）

#8000

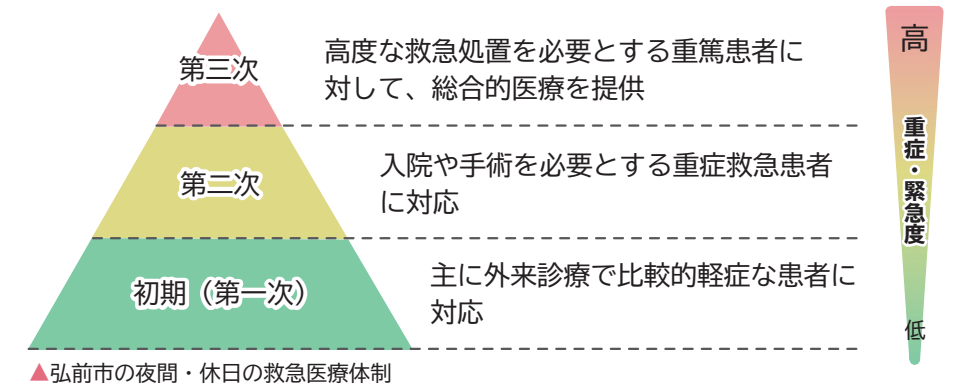
(☎ 017-722-1152)

平日 午後6時～午前8時
土曜日 午後1時～午前8時
日曜日・祝日 24時間対応

安易な診療時間外の救急医療機関受診は控えるようご協力を

弘前市では、夜間・休日の救急医療体制について、初期(第一次)・第二次・第三次に分け、体系的に整備しています。

夜間や休日に高度な救急処置や、手術を必要とする重篤患者・重症救急患者などに対応するためにも、自分の仕事や都合を優先せず、救急医療機関を適正に利用するよう、ご協力をお願いします。



突然の急病やケガで夜間・休日に受診するときは

◎市急患診療所（野田2丁目、☎ 34-1131）内科 外科 小児科

夜間 午後7時～午後10時30分（内科・小児科のみ）

休日 午前10時～午後4時

◎休日在宅当番医 内科 耳鼻いんこう科 眼科 歯科

※休日当番の割り当てがない日や、市急患診療所の受付時間外は医療機関紹介電話（☎ 32-3999）をご利用ください。

「かかりつけ医」を持ちましょう

診療時間内に「かかりつけ医」へ受診し、日ごろの健康相談や、大病院へ受診すべきかどうかなど、判断に困った時に「どうすればよいか」を相談するようにしましょう。

「かかりつけ医」を持つメリット

- ①病気の予防や早期発見、早期治療が可能
- ②的確な診断やアドバイスを受けられる
- ③適切な医療機関を紹介してくれる