

時 とき 所 ところ 内 内容 対 対象・定員 料 料金 持 持ち物
申 申し込み 問 問い合わせ・申込先 F ファクス E Eメール

ヒロコでQOL 健診

◎定期開催（要事前予約）

時 8月8日(金)・27日(水)、9月21日(日)の午前10時～正午

所 ヒロコ（駅前町）3階健康ホール

対 19歳以上の市民＝各20人（先着順）

実施項目 問診、身長・体重、体組成、血圧、内臓脂肪、推定野菜摂取量（ベジチェック®）、骨密度、握力、立ち上がり、2ステップ、口腔（唾液）、結果説明

申 電話、市ホームページ内の電子申請・届出システム / 各開催日の2日前まで

問 健康増進課（☎ 37-3750）

◎随時開催（事前予約不要）

時 毎日午前10時～午後3時（年末年始と(火)を除く）

所 ヒロコ（駅前町）3階健康広場

実施項目 問診、身長・体重、体組成、血圧、内臓脂肪、推定野菜摂取量（ベジチェック®）、握力、立ち上がり、結果説明

問 ヒロコ健康広場（☎ 35-0157）

弘前大学大学院医学研究科公開講座
「アルツハイマー病 新時代」

時 8月29日(金)、午後6時～8時

所 弘前大学大学院医学研究科（本町）講義棟

内 ①「認知症って何？軽度認知障害って何？」…西島春生さん（医学部附属病院脳神経内科講師） / ②「アルツハイマー病になったら終わりの時代の終わり」…富山誠彦さん（医学研究科脳神経内科学講座教授） / ③「認知症になって困ることは何？困らないためにできることは？」…富田哲さん（医学研究科神経精神医学講座准教授）

対 市民＝160人（先着順）

申 専用フォーム、電話 / 開催日当日の正午まで

問 弘前大学大学院医学研究科総務課総務グループ総務担当（☎ 33-5111〈内線 6464・6785〉）

HPV（子宮頸がん予防）ワクチン接種

令和7年3月末までに1回以上接種を受けた人は、公費助成（無料）の対象となります。無料で受けられる最後の機会となりますので、接種完了をご検討ください。

対 次の①と②を満たす人

①平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性
②令和4年4月1日～令和7年3月31日にHPVワクチンを1回または2回接種していて、全3回の接種が完了していない人

※1回目接種を14歳以下で受けた人は全2回

接種期間 令和8年3月31日まで

問 健康増進課（☎ 37-3750）

青森県高次脳機能障害者
リハビリテーション講習会

時 9月13日(土)、午後2時～4時30分

所 アウガ（青森市新町1丁目）5階青森市男女共同参画プラザカダール AV 多機能ホール

内 高次脳機能障害者への支援や、生活を支えるリハビリテーションなどに関する講演

対 高次脳機能障害者とその家族、医療・福祉・教育従事者、学生等＝150人

申 専用フォーム、電話、ファクス、Eメール（氏名、事業所名・所属・職名〈一般の人を除く〉、電話番号、Eメールアドレスを明記） / 8月29日(金)まで

問 弘前脳卒中・リハビリテーションセンター（☎ 28-8220、F 27-9013、E koujinou@reimeikyuu.jp）

第27回「家庭でできる看護ケア教室」

夏だけじゃない！“脱水”～水分は足りていますか？～

時 9月16日(火)、午後1時30分～3時30分

所 弘前大学医学部コミュニケーションセンター（本町）

対 市民＝30人程度（先着順）

申 電話、専用フォーム / 9月10日(水)まで

問 弘前大学医学部附属病院看護部（☎ 39-5334、平日の午前8時30分～午後5時）

特設ライフル射撃場完成見学会

令和8年に開催される「青の煌めきあおもり国スポ・障スポ」でライフル射撃競技の舞台となる特設ライフル射撃場の見学会を開催します。「チームライフル体験コーナー」もありますので、ぜひお越しください。

時 8月24日(日)、午後1時～4時

所 運動公園（豊田2丁目）運動広場内特設ライフル射撃場

※見学会当日は、プロ野球一軍戦の開催準備のため、園内を車両が頻りに往來しますので、ご注意ください。

問 国スポ・障スポ推進課（☎ 55-9843）

第5回 弘前さくら夢 project

小野伸二 サッカー教室

1%

日本を代表するサッカー選手の小野伸二さんによるサッカー教室を実施します。基本技術に加えて、小野さんと一緒に楽しむミニゲームなども行います。

時 9月6日(土)、①午前10時～正午 / ②午後1時～3時

所 岩木青少年スポーツセンター（常盤野字湯段）

対 ①小学校1～3年生 / ②小学校4～6年生＝各回40人程度（応募多数の場合は抽選で決定）

申 専用フォーム / 8月23日(土)まで

問 NPO法人弘前Jスポーツプロジェクト（黒部さん、☎ 26-6607）



パースル パシフィック・リーグ
公式戦 2025

チケット販売などの詳細は、
楽天イーグルス球団ウェブ
サイトでご確認ください。



8月26日(火) 午後6時 試合開始

▼ところ はるか夢球場（豊田2丁目）

東北 楽天
ゴールデン
イーグルス

VS

福 岡
ソフトバンク
ホークス

交通規制のお知らせ

◎運動公園周辺は、安全確保や渋滞回避のため、交通規制を実施します。
◎会場に一般駐車場はありません。来場の際は、シャトルバス（弘南バス）、鉄道（弘南鉄道）等の公共交通機関をご利用ください。また、近隣の商業施設等への駐車や路上駐車等は固くお断りしています。

問 弘前市プロ野球一軍戦誘致実行委員会事務局（スポーツ振興課内、☎ 40-7115）



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	耳鼻いんこう科・眼科	歯 科
		時 午前9時～正午	時 午前10時～午後4時	時 午前9時～正午
8月	3(日)	関医院中津軽診療所（賀田1丁目） ☎ 82-3006	なし	オリオン歯科クリニック（元寺町） ☎ 33-0418
	10(日)	さがらクリニック（桔梗野1丁目） ☎ 37-2070	あらいこどもクリニック / 眼科クリニック（城東中央4丁目） ☎ 27-2233	工藤歯科医院（石川字家岸） ☎ 92-2330
	11(月)祝	なし	なし	あべ歯科医院（青山3丁目） ☎ 37-3737
	17(日)	五日市内科医院（植田町） ☎ 35-4666	なし	副島歯科医院（稔町） ☎ 38-7272
	24(日)	弘前温泉養生医院（真土字勝剣林） ☎ 82-3377	あきた耳鼻咽喉科クリニック（南城西2丁目） ☎ 32-2332	代官町クリニック吉田歯科（代官町） ☎ 38-4142
9月上旬	31(日)	場崎クリニック（代官町） ☎ 38-6600	なし	SAIデンタルクリニック（中野2丁目） ☎ 40-2035
	7(日)	沢田内科医院（茂森新町1丁目） ☎ 37-7755	なし	第一ファミリー歯科（城東中央3丁目） ☎ 28-1888

◎上記のほかに市急患診療所（野田2丁目、☎ 34-1131）で、内科・外科・小児科の診療を行っています。
休日…午前10時～午後4時 / 夜間…午後7時～午後10時30分（内科・小児科のみ）
◎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。
◎受診すべきか迷ったら「電話医療相談」をご利用ください。
▼青森県子ども医療でんわ相談 ☎ #8000（15歳未満） ▼あおもり救急電話相談 ☎ #7119（15歳以上）