

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



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
11月	1(日) 関医院中津軽診療所 (賀田1丁目) ☎ 82-3006	なし	あおば歯科医院 (桔梗野4丁目) ☎ 31-3343
	3(火)祝 なし	なし	石岡歯科医院 (松森町) ☎ 32-1078
	8(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	スクエア歯科 (富田3丁目) ☎ 39-4180
	15(日) 場崎クリニック (代官町) ☎ 38-6600	福島耳鼻咽喉科 (百石町) ☎ 32-5032	デンタルオフィスよしだ (早稲田3丁目) ☎ 26-2525
	22(日) 弘前温泉養生医院 (真土字勝剣林) ☎ 82-3377	なし	いちむら歯科医院 (取上2丁目) ☎ 31-0756
	23(月)祝 なし	なし	くりの木デンタルクリニック (新町) ☎ 88-7676
	29(日) 五日市内科医院 (植田町) ☎ 35-4666	松本眼科 (三岳町) ☎ 31-3211	弘前インター歯科クリニック (石川字平岡) ☎ 55-8214
12月上旬	6(日) 今村クリニック (松原西2丁目) ☎ 88-3090	なし	杉山歯科クリニック (泉野2丁目) ☎ 55-0811

◎上記のほか市急患診療所（野田2丁目、☎ 34-1131）において、内科・外科・小児科の診療を行っています。

①休日…午前10時～午後4時

②夜間…午後7時～午後10時30分（内科・小児科のみ）

◎割り当てがない日や、受付時間外は医療機関紹介電話（☎ 050-5846-7780）をご利用ください。市の救急医療体制については、市ホームページを確認を。



◎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（おおむね16歳未満） ▼あおもり救急電話相談 ☎ #7119

第9回 県民公開講座 循環器病の予防
～脳と心臓を守るために役立つお話～

時 11月14日(土)、午後1時30分～3時（受け付けは午後0時30分から）

所 土手町コミュニティパーク 多目的ホール

内 「高血圧と心臓病～血圧管理を学び、心臓病を予防しよう！～」、「脳卒中の治療と予防～最新治療と予防を知ろう！～」、「歯周病と循環器病の関係～循環器病予防における口腔ケアの重要性について～」

対 県民＝100人（先着順）

問 青森県・弘前大学医学部附属病院脳卒中・心臓病等総合支援センター（☎ 39-5459）



市民公開講座 おいしく食べて、元気をつくる
～治療中の食事と食べやすさの工夫～

治療中の食事に関心のある人だけでなく、食欲がわかない、味覚が変わった、そんなときでも日々の食事をおいしく食べやすくする工夫を料理家・栗原心平さんの視点で紹介します。

時 11月28日(土)、午後4時30分～5時30分

所 弘前大学大学院保健学研究科（本町）E棟6階63講義室

申 二次元コード（事前申込者優先）

問 弘前大学大学院保健学研究科（E rnsj2026@hirosaki-u.ac.jp）



ヒロロで QOL 健診

定期開催（要事前予約）

時 11月11日(水)・18日(水)、12月6日(日)・7日(月)・9日(水)の午前10時～正午（時間指定あり）

所 ヒロロ（駅前町）3階健康ホール

対 19歳以上の市民＝25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

その他 受診中の無料託児あり

※定員に限りがあります。利用を希望する場合は、申込時にお知らせください。

申 電話、市ホームページ内の電子申請・届出システム

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 ヒロロ（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®）、立ち上がり、結果説明

問 ヒロロ健康広場（☎ 35-0157）



B型肝炎訴訟 無料電話相談会

時 11月14日(土)、午前10時～午後6時

対 B型肝炎患者やその家族（患者が亡くなっている場合は、その相続人）

相談電話番号

☎ 022-263-1777 / ☎ 022-263-1779

※相談は無料ですが、通話料がかかります。

問 B型肝炎被害対策東北弁護士事務所（小野寺友宏法律事務所内、☎ 0120-76-0152）

第21回 津軽健康大学

「体重計にのりませんか？ - 見過ごせない肥満症 -」

「肥満症」とは何か、なぜ治療が必要なのか等についてお話しします。年齢に関わらず誰でも参加できます。特に働き盛りの人の参加をお待ちしています。

時 11月29日(日)、午前10時から

所 弘前プラザホテル（代官町）2階チエルシー

問 弘前市医師会事務局（☎ 32-2371）

— 有料広告 —

11月の健康相談

「健診結果の見方を知りたい」など、体の健康について保健師や栄養士が相談に応じます。

時 11月14日(土)・20日(金)の午前9時～11時 / 11月25日(水)、午後5時30分～6時30分

申 電話 / 各開催日前日の正午まで

こころの健康相談

自身や家族のこころの悩み（眠れない、生きづらさを感じる、閉じこもりがち、家族を亡くしたなど）を聞いてほしいとき、ご利用ください。

時 11月17日(火)、午前9時～正午

申 電話 / 11月16日(月)まで

※治療中の人は、まずは主治医へ相談を。

～共通事項～

所 市保健センター（野田2丁目）

対 市民

問 健康増進課（☎ 37-3750）

令和9年度 体育施設利用計画の受け付け開始

対象施設 市民体育館、運動公園、克雪トレーニングセンター、弓道場、南富田町体育センター、金属町体育センター、岩木山総合公園、弘前 B&G 海洋センター、岩木 B&G 海洋センター、河西体育センター、笹森記念体育館、千年庭球場、弘前公園庭球場、小沢運動広場、悪戸・加藤川・境関・石川・栄町の各河川敷運動施設、温水プール石川、第三市民プール、相馬球場

対象となる催事 各種スポーツ大会・催し物（各種教室や研修会などは対象外）

※市主催事業の開催等により、利用できない日があります。

申 二次元コード（インターネットでの申し込みが難しい場合は、スポーツ振興課〈市役所3階〉または市内体育施設窓口） / 11月30日(月)まで

※令和9年1月上旬頃に結果を通知します。希望する日が他団体と重複した場合は日程調整を行います。

問 スポーツ振興課（☎ 40-7115）

