

平成31年度

健康と福祉ごよみ

妊婦さんや乳幼児の健康診査など	2
ひろさき子育て世代包括支援センターを開設します	4
妊婦さんや乳幼児にはこんなことがあります	5
子育て支援情報	6
予防接種を受けましょう	9
おたふくかぜ予防接種	10
小児(未就学児)インフルエンザ予防接種	10
高齢者インフルエンザ予防接種	10
高齢者肺炎球菌感染症の定期予防接種	10
定期予防接種スケジュール	11
健(検)診	
受診できる健(検)診を確認してみましょう	12
実施している健(検)診の種類	13
受診する方法について(集団健(検)診)	14
複合健診	14
巡回子宮・乳がん検診	15
20・30代健診	16
国民健康保険加入者の特定健康診査	17
国保人間ドック	18
国保脳ドック	18

後期高齢者医療制度加入者の健康診査	19
個別健(検)診・予防接種が受診できる医療機関	20
個別歯科健診について	24
実施歯科医療機関一覧	25
市のたばこ対策、知っておきたい！たばこ情報	26
禁煙治療実施医療機関	26
健康相談・禁煙相談、こころの健康相談	27
家庭での血圧測定について	27
食生活改善推進員養成講座の実施について	28
市民の健康まつり	28
小児慢性特定疾病児童等日常生活用具給付事業	29
重度心身障害者医療費助成(重度医療)制度について	29
軽度・中等度難聴児補聴器購入費等助成事業	29
障害児福祉手当・特別障害者手当について	29
介護保険	
介護サービス及び総合事業サービスの利用手続きについて	30
介護サービス・総合事業サービスと利用者負担減額制度について	31
65歳以上の方の介護保険料とその納め方	32
災害などによる各種減免について	33
弘前市急患診療所案内(小児救急医療)	34
小児救急二次輪番病院案内	34
津軽地域小児救急医療体制の案内	35
こども救急電話相談	35

弘前市

□で囲っている部分については、実施会場…ヒロ口となります。
★は、申込日となります。

名称	日程・内容											
	31年(2019年) 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	32年(2020年) 1月	2月	3月
マタニティ歯科健診	各指定歯科医療機関で受診してください。（受診券は母子健康手帳交付時に配付）											
4か月児健診 7か月児健診 対象児に通知します	各指定医療機関で受診してください。 ※37週未満で出産し、医師から修正した月齢での健診を勧められている場合は、弘前市保健センターへご連絡ください。											
1歳児歯科健診 1歳5か月まで受けられます 対象児に通知します	30年4月生	30年5月生	30年6月生	30年7月生	30年8月生	30年9月生	30年10月生	30年11月生	30年12月生	31年1月生	31年2月生	31年3月生
	17(水)	15(水)	19(水)	17(水)	21(水)	18(水)	16(水)	20(水)	4(水)	15(水)	19(水)	4(水)
	18(木)	16(木)	20(木)	18(木)	22(木)	19(木)	17(木)	21(木)	5(木)	16(木)	20(木)	5(木)
受付時間 12:30～13:00 内容 歯科健診・ブラッシング指導・保健指導・栄養指導など												
1歳6か月児健診 1歳11か月まで受けられます 対象児に通知します	今年度より、1歳6か月児健診は2段階方式に変わります。①→②の順番で受診してください。 ①小児科診察（医療機関で個別受診） ②集団健診（弘前市保健センターで受診・日時指定）											
	24(水)	22(水)	26(水)	24(水)	28(水)	25(水)	23(水)	27(水)	18(水)	22(水)	26(水)	18(水)
	25(木)	23(木)	27(木)	25(木)	29(木)	26(木)	24(木)	28(木)	19(木)	23(木)	27(木)	19(木)
受付時間 12:30～13:15 内容 歯科健診・精神発達・保健指導・栄養指導・予防接種指導												
2歳児歯科健診 2歳6か月児対象 対象児に通知します	各指定歯科医療機関で受診してください。（希望者に無料フッ素塗布）											

名称	日程・内容		31年(2019年)									32年(2020年)		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
3歳児健診 3歳6か月児対象 3歳11か月まで受けられます 対象児に通知します	27年9月生	27年10月生	27年11月生	27年12月生	28年1月生	28年2月生	28年3月生	28年4月生	28年5月生	28年6月生	28年7月生	28年8月生		
	10(水)	8(水)	12(水)	10(水)	7(水)	11(水)	9(水)	13(水)	11(水)	8(水)	12(水)	11(水)		
	11(木)	9(木)	13(木)	11(木)	8(木)	12(木)	10(木)	14(木)	12(木)	9(木)	13(木)	12(木)		
	受付時間		12:30～13:15		内容		小児科診察・歯科健診・身体測定・聴覚・視覚・精神発達・尿検査・保健指導・栄養指導・予防接種指導							
【申込制】 離乳食教室 4～5か月児対象 4か月児健診通知に チラシを同封します	30年11月生	30年12月生	31年1月生	31年2月生	31年3月生	31年4月生	31年5月生	31年6月生	31年7月生	31年8月生	31年9月生	31年10月生		
	23(火) ★1～19日	28(火) ★7～24日	25(火) ★3～21日	23(火) ★1～19日	27(火) ★1～23日	24(火) ★2～20日	29(火) ★1～25日	26(火) ★1～22日	17(火) ★2～13日	28(火) ★6～24日	25(火) ★3～21日	24(火) ★2～19日		
	受付時間		12:40～13:00(実施時間 13:00～14:30)		内容		講話、試食(保護者のみ)、育児相談				詳細	広報ひろさきに掲載		
【申込制】 のびのび子ども相談 幼児(1歳以上)をもつ親	16(火) ★3～15日	21(火) ★7～20日	18(火) ★3～17日	30(火) ★3～29日	20(火) ★1～19日	17(火) ★2～13日	30(水) ★3～29日	19(火) ★1～18日	24(火) ★2～23日	21(火) ★2～20日	18(火) ★3～17日	17(火) ★2～16日		
	受付時間		9:30～14:00(実施時間 9:30～15:00 ※相談が終わり次第終了)		内容		発達相談(時間予約制)				詳細	広報ひろさきに掲載		
【申込制】 親子遊ゆう教室 2歳児～3歳児 対象児に通知します	26(金)		21(金)		23(金)		18(金)		13(金)		21(金)			
	受付時間		9:40～10:00(実施時間 10:00～11:40)		内容		ことばの発達のゆっくりなお子さんに、遊びを通してことばとこころの基礎づくりを応援します。詳細は、弘前市保健センターまでお問い合わせください。							
ヒロロすこやか相談 妊娠中の方とご家族、 0～5歳児の保護者 申込不要	22(月)	20(月)	17(月)	22(月)	19(月)	10(火)	21(月)	18(月)	16(月)	20(月)	17(月)	23(月)		
	受付時間		10:00～10:30(相談が終わり次第終了)		内容		妊娠・出産に関する相談、 育児・母乳・栄養・歯みがき等の相談				詳細	広報ひろさきに掲載		

弘前市子どもの発達サポート事業

日程・内容		31年(2019年)									32年(2020年)		
名称		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
【申込制】 ぴよんぴよん広場 (会場:ヒロ口駅前こどもの広場 多目的室) 就学前までのお子さん と保護者の方		8月	13月	3月	1月	26月	2月	7月	11月	2月	27月	3月	2月
		15月	27月	10月	8月		9月	28月	25月	9月		10月	9月
				24月			30月						16月
	実施時間 10:00～11:30 申込先 児童発達支援センター 弘前大清水学園 (TEL 34-3166) 児童発達支援センター はあと (TEL 82-5780) 幼児発達支援センター 大空 (TEL 55-9642) 内容 体操や親子ふれあい遊びなど親子で楽しく体を動かして、 お子さんの発達を応援します。 また、発達面や行動面の心配ごとの相談もお受けいたします。												
※参加希望日の1週間前を目安にお申し込みください。また、参加申込については定員がございますので、事前に大清水学園、はあと、大空へ電話にてご確認ください。													

平成31年(2019年)4月から **ひろさき子育て世代包括支援センター** を開設します。

妊娠期から子育て期にわたり、切れ目ない支援を行います！

平成31年(2019年)4月1日より、母子健康手帳の交付場所が変わりました

**交付場所：ひろさき子育て世代包括支援センター
(ヒロロ3F)**

《弘前市保健センター、市役所本庁舎、各総合支所、各出張所での交付はなくなりますのでご注意ください》

ヒロロ3階

開設時間

8:30~18:00

(土日祝・年末年始はお休み)

TEL 0172-37-1323

弘前市大学駅前町 9-20

ヒロロ3階



市役所～ヒロロ間の
循環 100円バス
あります

駐車場もあります
(3時間まで無料)



★妊娠、出産、子どもの成長・発達、子育て、予防接種等、
気になることはいつでも気軽にご相談ください。

産前サポート

個別面談 (母子健康手帳交付時)

安心して出産していただくために、保健師・助産師がすべての妊婦さんと面談します。体調や心配ごとなどについて、15~30分程度、お話を伺います。

個別電話 (妊娠20~35週頃)

母子健康手帳交付時にお約束した時期に、保健師・助産師がお電話します。不安や困りごとがあればご相談ください。

産後サポート

個別電話 (出産後2週頃)

出産後2週頃に、保健師・助産師がお電話します。退院直後の不安や育児の悩み事など何でもご相談ください。

家庭訪問 (出産後~4か月頃)

お子さんが生まれたすべての家庭を訪問します。赤ちゃんやお母さんの健康状態の確認や、育児のアドバイスなどをします。

母乳育児相談

母乳のあげかた、出産後の疲れなどについて、助産師にご相談ください。来所による心身のケアを行います。



子育てサポート

随時相談

子育て家庭の個別相談に応じ、家庭状況やニーズに合った支援制度等の案内、関係機関への仲介等により、制度、施設等の円滑な利用を支援します。

講座・仲間づくり

離乳食教室、産前教室、さまざまな育児講座の他に、個々の妊産婦や親子の状況に応じた仲間づくりのお手伝いをします。



《転入された妊産婦のかたへ》

弘前市に転入された妊産婦のかたは、ヒロロ3階「ひろさき子育て世代包括支援センター」へお越しください。

母子健康手帳は、そのまま使えますが、引っ越し前の市町村が発行した受診券等は、弘前市が発行するものと交換が必要です。お手続きの際は、母子健康手帳と、以下のものをお持ちください。

- ☐ 妊婦健診受診票 (出産前の方のみ)
- ☐ 乳児健診の受診票 (出産後の方のみ)
- ☐ 予防接種の予診票 (出産後の方のみ)

安心して弘前での子育てができるように、子育てに関する情報提供や困りごとのご相談を受付しています。

平日8時30分~18時にヒロロ3階へおいでください。

(土日祝はお休みです)

妊婦さんや乳幼児にはこんなことがあります

妊 娠

- ★ **妊娠の届出**：妊娠していると診断されたら、早めに妊娠届を出しましょう。
母子健康手帳を交付します。
届出先→ひろさき子育て世代包括支援センター（ヒロロ3F）
- ★ **妊婦委託健康診査受診票**：妊娠届出のときに交付します。
- ★ **妊産婦（外来診療）10割給付証明**：国保加入者は妊娠届出のときに保険証をご持参ください。
- ★ **妊婦窓口相談**：保健師・助産師による妊娠、出産等の相談を受け付けています。
- ★ **保健師、助産師による訪問指導（4ページ）**
- ★ **マタニティ歯科健診（2ページ）**
- ★ **出産育児一時金**
 - ・国保加入者→国保年金課へお問い合わせください。
 - ・社会保険等→勤務先へお問い合わせください。

出 産

産後不安な方、早く訪問に来てほしい方は、
「ひろさき子育て世代包括支援センター」
にお電話ください

- ★ **出生届**：14日以内に出生届を出しましょう。
（届出先→市民課・各総合支所民生課・各出張所）
- ★ **出生連絡票（乳児一般健康診査受診票等送付依頼書）**
出生届出のときに忘れずに提出してください。
予防接種予診票、乳児一般委託健康診査受診票を交付します。
（後日郵送いたします）。
- ★ **乳児一般委託健康診査受診票**
1歳になるまで2回健康診査を受けることができます。
4か月・7か月児健診とは別に利用できます。
利用例：1か月児健診、10か月児健診など
- ★ **児童手当など（8ページ）**
- ★ **保健師、助産師による訪問指導（4ページ）**

1 か月

- ★ **1か月児健診**：各医療機関で受診します。乳児一般委託健康診査受診票を利用しましょう。
- ★ **ヒロロすこやか相談（3ページ）**

2 か月

- ★ **予防接種**を受けましょう。接種時期、日程などは9ページからご覧ください。

4 か月

- ★ **4か月児健診（2ページ）** 受診券を送付いたします。
- ★ **離乳食教室（3ページ）**

7 か月

- ★ **7か月児健診（2ページ）** 受診券を送付いたします。

10か月頃

- ★ **10か月児健診等**：各医療機関で受診します。乳児一般委託健康診査受診票を利用しましょう。1歳になると利用できなくなりますので、忘れずに受診しましょう。

1 歳

- ★ **1歳児歯科健診（2ページ）** 集団健診：対象者に通知いたします。
- ★ **麻疹風しん混合1期・水痘1回目**の予防接種を受けましょう。（11ページ）
- ★ **のびのび子ども相談（3ページ）**

1歳6か月

- ★ **1歳6か月児健診（2ページ）** 今年度より、1歳6か月児健診は2段階方式に変わります。①→②の順番で受診してください。
①小児科診察（医療機関で個別受診）
②集団健診（弘前市保健センターで受診・日時指定）

2歳6か月

- ★ **2歳児歯科健診（2ページ）** 各医療機関で受診しましょう。
対象者には、受診券を送付いたします。

3歳6か月

- ★ **3歳児健診（3ページ）** 集団健診：対象者に通知いたします。

5歳～7歳未満

- ★ **幼稚園・保育園年長児（小学校就学前の1年間）**になったら、
麻疹風しん混合2期の予防接種を受けましょう（11ページ）

子育て支援情報

子育て支援員

◇子育て支援員は、ボランティアとして、それぞれの地区で子育て支援活動を行っています。お住まいの地域の子育て支援員については、お問い合わせください。 弘前市子育て支援課 子育て支援係	40-7038
---	---------

子育てに関する相談機関

中南地域県民局地域健康福祉部こども相談総室（弘前児童相談所）	32-5458
子どもの虐待ホットライン	24時間対応・通話料無料 0120-73-6552
総合相談 青森県子ども家庭支援センター （アビオおおもり）	子育てや家庭に関する総合相談 平日 9:00～16:00 土日祝 9:00～16:00 （毎週水曜日・年末年始除く） 017-775-8080
すこやかほっとライン 青森県総合社会教育センター	対象：保護者 育児、家庭教育その他の相談 祝・年末年始を除く毎週水・木曜日 13:00～16:00 017-739-0101
おおもり子育てネット 青森県総合社会教育センター	インターネットによる子育て相談と子育て情報の提供 携帯電話からは http://kosodate-a.net/i パソコンからは http://kosodate-a.net
幼児ことばの教室 （土手町154-1）	対象：就学前の子ども 32-7781
教育委員会相談支援チーム （教育センター内）	学校生活全般に関する相談 対象：小・中学生及び保護者等 26-4802
児童発達支援センター 弘前大清水学園	ことば、運動、こころの成長発達を支援 ・子ども発達相談室～個別相談 ・ポッポ教室～就学前の親子療育指導教室 ・巡回相談、個別訪問による相談 問い合わせ 月～金 9:00～16:00 34-3166
児童発達支援センター はぁと	・発達の気になるお子さんの個別相談と支援 ・親子サークルめばえ～外来・出張等の方法 により、各種の相談、指導を行います。 問い合わせ 月～金 8:30～17:30 82-5780
幼児発達支援センター 大空	お子さまの成長と発達に沿った個別支援・集団支援・ことばの訓練を行います。 ファミリーサポートステーションLion（外来療育） ファミリーサポートステーションSpica（出張療育） 子育て相談も随時受け付けております。 問い合わせ 月～土 9:00～17:00 55-9642
児童家庭支援センター 太陽 （弘前愛成園併設）	◇子育てオープンスペース 月・火/9:30～12:00 ◇セカンドステップ 第1・3土曜日 13:30～14:30 （4～8歳までのお子さんとその保護者の方） ◇その他子どもや家庭に関する相談について、専門家と一緒に考えていきます。（24時間対応） 33-3611

子育てに関する相談機関

子育て支援相談電話 （子育て支援課内）	月～金 9:00～16:00	33-0003
赤ちゃん電話相談 （健康づくり推進課内）	子育て相談や予防接種、妊産婦の健康相談 月～金 8:30～16:30	33-0415

主に不登校に関する相談

青森県総合学校教育センター	月～金 8:30～17:00	017-728-5575
フレンドシップルーム （相談支援チーム）	月～金 9:00～17:00	26-4802

主に青少年問題を対象にした相談

ヤングテレホン （弘前警察署内）	月～金 8:30～17:15	35-7676
こども悩み相談 （総合学習センター内）	8:30～17:00（時間外・土・日曜日・祝日・年末年始は留守番電話で対応）	26-2110 （FAX兼用）
少年相談センター （子育て支援課内）	月～金 9:00～16:00	35-7000
家庭児童相談 （子育て支援課内）	月～金 9:00～16:00	35-1111 内線354

地域子育て支援センター

みどり保育園 ・電話相談、訪問相談 } ・面接相談 ・育成と地域の子育て家庭への支援等	月～土 9:00～17:00 月～土 10:00～15:00	32-0510 FAX39-7503
大浦保育園 ・電話相談、訪問相談 } ・面接相談 ・育成と地域の子育て家庭への支援等	月～土 9:00～16:00 月～土 9:00～15:00	82-3037
弘前市駅前こどもの広場 ・電話相談、訪問相談、面接相談 ・プレイルールの開放 ・子育てサークル等の支援・育成	第1・第3火曜日を除く毎日 10:00～18:00	35-0156
相馬こども園 ・電話相談、訪問相談、面接相談 } ・子育て支援に関する講習等 ・支援室の開放	月～金 9:00～16:00 月～金 9:00～14:00	84-3103

※詳しい内容については、直接各保育園等へお問い合わせください。

施設利用の申込み等

認定こども園	1号認定…施設へ申込み	各施設へ ご連絡ください
	2号・3号認定…市へ申込み 子育て支援課児童育成係 岩木総合支所民生課健康福祉係 相馬総合支所民生課健康福祉係	35-1131 82-1628 84-2113
保育所	2号・3号認定…市へ申込み 子育て支援課児童育成係 岩木総合支所民生課健康福祉係 相馬総合支所民生課健康福祉係	35-1131 82-1628 84-2113
幼稚園 ※子ども・子育て 支援新制度に移 行した幼稚園	1号認定…施設へ申込み	各施設へ ご連絡 ください
幼稚園 ※子ども・子育て 支援新制度に移 行しない幼稚園	施設へ申込み ※内容の問い合わせ：市教育委員会学務健康課	82-1643
病児病後児保育	※利用登録が必要です 利用登録・問い合わせ：市子育て支援課児童育成係 実施施設 ・病児保育室「ことりの森」(城東北4丁目) ・病児保育室「きりん」(城東中央4丁目) ・病後児保育室「さくらんぼ」(賀田2丁目) ・病後児保育室「みどり」(吉野町)	35-1131 29-3112 27-2292 82-3037 34-7511
トワイライト ステイ	※利用登録が必要です 利用登録・問い合わせ：市子育て支援課児童育成係 実施施設 ・児童家庭支援センター 太陽(豊原1丁目) ※弘前愛成園に併設	35-1131 33-3611
ショートステイ	家庭事情等により宿泊を伴って一時的に児童を預かる事業 問い合わせ：市子育て支援課児童育成係 実施施設 ・弘前乳児院(品川町)	35-1131 35-2155
一時預かり	在籍していない児童を一時的に認定こども園・幼稚園・保育所で預かる事業	各施設へ ご連絡ください
放課後児童 健全育成事業 なかよし会	放課後等に小学生を預かる事業 対象：保護者が就労等の理由で昼間家庭にいない小学校 1～6年生 申込・開設場所の問い合わせ：市子育て支援課子育て 支援係	40-7038

施設利用の申込み等

児童発達支援 放課後等 デイサービス (障害児通所支援)	◇日常生活や集団生活への適応などの指導・訓練(通所) ※詳細・申込みは市福祉政策課障がい福祉係 拓光園障害児デイサービスセンター(百沢) ひかりの岬こどもデイサービスセンター(笹森町) 弘前大清水学園(清原4丁目) 療育支援センターおしみず(清原4丁目) 児童発達支援・放課後等デイ(はあと(熊嶋)) 児童デイサービス きらり(駒越) 山郷館児童デイサービスセンター ど・れ・み(百沢) 児童デイサービス やよいのあかり(富米) 児童デイサービス すてっぷ(城東3丁目) 児童デイサービス すてっぷ・あっぷ(城東4丁目) フラハンドクラブ・キキ(高屋) 放課後デイステーションEarth(城東5丁目) 児童発達・放課後デイ さわらび療育福祉センター(中別所) 放課後デイステーションCygnus(宮園4丁目) 発達サポートステーション大空(若葉2丁目) 児童支援事業所 ポコアボコ(和徳町) こどもサポートkinone(浜の町北2丁目) ココノバ(土手町) 放課後等デイサービスあっぷる(末広4丁目) 児童デイサービスじゃんぶ(城東4丁目) 音楽療育支援教室どれみの森(浜の町東1丁目) 就職準備教室ココジョブ弘前校(北園1丁目) 放課後デイステーションAries(馬屋町) 発達支援クラム(早稲田3丁目)	40-7036 96-2331 37-6546 34-3166 34-3166 82-5780 55-0936 96-0253 96-2774 88-6941 88-5370 55-9755 55-9177 96-2121 55-6590 55-9642 55-6965 88-6872 55-7715 28-3188 55-6117 55-8150 88-7778 55-7426 55-8863

子育て講座等

キッズネットクラス	◇乳幼児、親、ボランティアによる集団遊び、親子交流 5月～2月の第2火曜日(曜日の変更あり)10:00～11:30	33-6561 (市中央公民館)
-----------	--	---------------------

子育てサポート情報

さんかくネット	◇子育てと仕事や社会参加などの両立、冠婚葬祭などの 時に一時的に子どもを預かり保護者をサポートします。 (有料) 一時預かり(子育てサポーター宅ほか)・集団保育 対象：おおむね3か月～小学生 ※問い合わせ：毎日 9:00～19:30	31-2501
保育サポートサークル バピークラブ	一時託児(サポーター宅)、出張託児、集団保育など(有料) 有料(土日祝・夜間も相談に応じます) 対象：乳児～小学生	35-7478 (連絡先 太田)
ちびっこ館 ゆうゆう童夢	一時保育、急な仕事・用事等に対応します(有料) 対象：6か月～小学生 平日 8:00～18:00 (城東北3丁目)	27-7312

子育てサークル

弘前市西地区 子育てサークル	開催場所：城西老人福祉センター 開催日：毎月第2水曜日 10:00～11:30	32-9783 (代表 横浜)
青りんご ベビーサークル	開催場所：致遠児童センター 開催日：毎月第2・第4火曜日 10:00～12:00	36-8488 (代表 鈴木)
安原地区 親子でリフレッシュ	開催場所：みつわ会館 開催日：毎月第3金曜日 10:00～12:00	37-6163 (代表 稲村)

※上記子育てサークルのほか、市内の児童館・児童センターや地域子育て支援センター、保育所、幼稚園等で活動している子育てサークルもありますので、各施設へお問い合わせください。開催日等変更となる場合もありますので、初めてご利用になる際はお問い合わせください。

ブックスタート

0歳児に絵本を プレゼント	対象者に絵本2冊と読み聞かせのアドバイス集などをセットにした、ブックスタートパックをプレゼントします。乳児一般委託健康診査受診票と一緒に引換券を郵送しています。こども絵本の森ほか各市立図書館でお受け取りできます。	35-0155 (こども絵本の森 ヒロロ3階) 32-3794 (弘前図書館) 82-1651 (岩木図書館) 84-2316 (相馬ライブラリー)
ブックスタート おはなしかい	日時：毎月第3日曜日とその次の週の水曜日 午前10:30～11:00 場所：こども絵本の森（駅前町ヒロロ3階） 申込：不要	

子育てアプリ

「ひろさき 子育て 応援アプリ」	妊娠中から出産後、お子さんが成長してからも切れ目なく利用できる機能が備わった「ひろさき子育て応援アプリ」を配信しています。ぜひご利用ください。 ※このアプリは、紙の母子健康手帳に代わるものではありません。予防接種や各種健診などを受ける際はこれまでどおり紙の母子健康手帳が必要です。	40-7038 子育て支援課 子育て戦略担当
---------------------------------	---	-------------------------------------

アプリのダウンロード方法（利用料は無料です）

iPhone をご利用の方

アプリを検索

母子モ 検索

または

QRコードから

Download on the App Store



Android をご利用の方

GET IT ON Google Play



＼ 母子モは外国語でのご利用も可能！英語・中国語・スペイン語など10ヶ国語以上に対応しています。／

※本サービスはGoogle社のウェブサイト翻訳ツールを使用しています。Google翻訳サービスをご利用の際には、Googleの利用規約を確認ください。

※ Apple および Apple ロゴは米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は、Apple Inc. のサービスマークです。Google Play および Google Play ロゴは Google LLC の商標です。

経済的支援に関すること

制度	対 象	説 明	連 絡 先														
児 童 手 当	・ 中学校修了前の児童を養育している人 (児童が15歳に達した年度末まで)	<table><tr><td>3 歳未満</td><td colspan="2">月額15,000円</td></tr><tr><td rowspan="2">3 歳～ 小学生</td><td>第 1 子・第 2 子</td><td>月額10,000円</td></tr><tr><td>第 3 子～</td><td>月額15,000円</td></tr><tr><td>中学生</td><td colspan="2">月額10,000円</td></tr><tr><td>所得制限限度額以上</td><td colspan="2">月額5,000円</td></tr></table>	3 歳未満	月額15,000円		3 歳～ 小学生	第 1 子・第 2 子	月額10,000円	第 3 子～	月額15,000円	中学生	月額10,000円		所得制限限度額以上	月額5,000円		各 出 張 所
3 歳未満	月額15,000円																
3 歳～ 小学生	第 1 子・第 2 子	月額10,000円															
	第 3 子～	月額15,000円															
中学生	月額10,000円																
所得制限限度額以上	月額5,000円																
児 童 扶 養 手 当	・ 父又は母と生計を同じくしていない児童を養育している人、心身に障がいのある父又は母が児童を養育している人 (児童が18歳に達した年度末まで)	<table><tr><td>月 額</td><td>全部支給</td><td>一部支給</td></tr><tr><td>児童 1 人</td><td>42,500円</td><td>42,490円～10,030円</td></tr><tr><td>2 人</td><td>10,040円加算</td><td>10,030円～5,020円加算</td></tr><tr><td>3 人以上</td><td>6,020円ずつ加算</td><td>6,010円～3,010円ずつ加算</td></tr></table> 法改正により手当額が変更される場合があります	月 額	全部支給	一部支給	児童 1 人	42,500円	42,490円～10,030円	2 人	10,040円加算	10,030円～5,020円加算	3 人以上	6,020円ずつ加算	6,010円～3,010円ずつ加算			
月 額	全部支給	一部支給															
児童 1 人	42,500円	42,490円～10,030円															
2 人	10,040円加算	10,030円～5,020円加算															
3 人以上	6,020円ずつ加算	6,010円～3,010円ずつ加算															
扶養特別児童手当	・ 心身に障がいのある20歳未満の児童を養育している人 ・ 児童が施設等に入所している場合は対象になりません	<table><tr><td>月 額</td><td>1 級</td><td>2 級</td></tr><tr><td>児童 1 人あたり</td><td>52,200円</td><td>34,770円</td></tr></table>	月 額	1 級	2 級	児童 1 人あたり	52,200円	34,770円									
月 額	1 級	2 級															
児童 1 人あたり	52,200円	34,770円															
子ども医療費給付	・ 子ども (児童が18歳に達した年度末まで)	<table><tr><td></td><td>医療費・調剤</td></tr><tr><td>出生から15歳の年度末まで</td><td>全 額</td></tr><tr><td>16歳の年度初めから18歳の年度末まで</td><td>入院の全額</td></tr></table>		医療費・調剤	出生から15歳の年度末まで	全 額	16歳の年度初めから18歳の年度末まで	入院の全額									
	医療費・調剤																
出生から15歳の年度末まで	全 額																
16歳の年度初めから18歳の年度末まで	入院の全額																
ひとり親家庭等医療費給付	・ ひとり親家庭等の父又は母及び児童 ・ 父母のいない児童 (児童が18歳に達した年度末まで)	<table><tr><td></td><td>医療費・調剤</td></tr><tr><td>父 母</td><td>1医療機関ごとに、医療費・調剤を合算し、1か月1,000円を超えた分</td></tr><tr><td>児 童</td><td>全 額</td></tr></table>		医療費・調剤	父 母	1医療機関ごとに、医療費・調剤を合算し、1か月1,000円を超えた分	児 童	全 額									
	医療費・調剤																
父 母	1医療機関ごとに、医療費・調剤を合算し、1か月1,000円を超えた分																
児 童	全 額																
養育医療給付	・ 出生時体重2,000g以下などの未熟児 (0歳児)	未熟児の入院療養費用に係る一部負担金を一旦公費で負担し、保護者等からその世帯の合計所得税額に応じて徴収金を徴収します。(徴収金は上記医療費給付制度等の対象になるため、徴収しない場合があります。)	40-7039 市子育て支援課 家庭支援係														

予防接種を受けましょう

予防接種の接種間隔

今回受ける 予防接種

生ワクチン	
定期	BCG・水痘 麻しん風しん混合(MR) 麻しん・風しん
任意	おたふくかぜ ロタウイルス

接種した翌日から
かぞえて
27日以上あける

次回受ける 予防接種

不活化ワクチン
生ワクチン

今回受ける 予防接種

不活化ワクチン	
定期	二種混合(DT) 日本脳炎 B型肝炎 不活化ポリオ(IPV) 4種混合(DPT+IPV) Hib・小児用肺炎球菌 子宮頸がん(HPV) 65歳以上のインフルエンザ 高齢者肺炎球菌
任意	65歳未満のインフルエンザ A型肝炎

接種した翌日から
かぞえて
6日以上あける

次回受ける 予防接種

不活化ワクチン
生ワクチン

※同じ種類のワクチンを複数回接種する場合は、それぞれの定められた間隔をまもる。

予防接種を受けるときは

- 当日は朝からお子様の状態をよく観察し、普段と変わらないことを確認し体調が悪いと思ったら無理をせずに見合わせましょう。
- お子様の普段の状態をよく知っている保護者の方が連れて行きましょう。
- 予診票はお子様を診察して接種する医師への大切な情報です。責任を持って記入し、母子健康手帳と一緒に必ず持参しましょう。
- 受ける予定の予防接種について、市から配られている『予防接種と子どもの健康』をよく読み、わからないことは、接種前に質問しましょう。
- 予防接種を受けた後、30分間は接種場所でお子様の様子を観察し、寄り道せず帰宅しましょう。
- 接種当日は、入浴は差し支えありませんが、接種部位をこすったり、激しい運動はさけましょう。

※里帰り出産等で、弘前市以外の市区町村の医療機関でお子様の定期予防接種を希望される方、その他予防接種に関するお問い合わせは、弘前市保健センターにおよせください。

◎弘前市では、転入されたお子様へ予防接種の実施状況調査を行っています。ご協力をお願いいたします。

〔予防接種の受けられる医療機関 20ページ～23ページ〕

おたふくかぜ予防接種

接種期間は、4月1日から翌年3月31日まで。対象者には、お知らせを送付します。

接種対象者	接種回数	接種料金	備考
① 1回目の接種となる生後12か月～24か月未満の幼児 ② 翌年小学校入学予定の5歳～7歳未満の幼児	年度内 1回	自己負担金 4,000 円 (生活保護世帯者は無料)	おたふくかぜにかかったり、ワクチンを 2回接種した幼児は除きます。

小児（未就学児）インフルエンザ予防接種

接種期間は、10月1日から翌年1月31日まで。対象者には、無料券を送付します。

接種対象者	助成金額	備考
弘前市に住所を有し、生後6か月児～7歳未満の未就学児 (平成25年4月2日～平成31年(2019年)6月30日生まれまで)	指定医療機関で2回接種のところ、 1回接種分が無料	接種時はワクチン接種助成券と母子健康 手帳をお持ちください。

高齢者インフルエンザ予防接種

接種期間は、11月1日から12月31日まで。くわしくは、各指定医療機関へ直接お問い合わせください。

接種対象者	接種回数	備考
インフルエンザの予防接種は、接種を希望する方のみを対象とします。 体調のよい時に指定医療機関で診察を受け、十分理解した上で接種しましょう。 ① 65歳以上の方 ② 60～65歳未満の方で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に、自己身の日常生活活動が極度に 制限される程度の障害を有する方、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活が ほとんど不可能な程度の障害を有する方（障害1級程度）	1回	自己負担金 1,600 円（生活保護受給者無料） 接種時は保険証をお持ちください。 ②に該当する方は、医師の証明書または身体障害者福 祉手帳をお持ちください。 ※指定医療機関以外で受けた場合は、全額自己負担と なります。

高齢者肺炎球菌感染症の定期予防接種

接種期間は、4月1日から翌年3月31日まで。対象者には、お知らせと予診票を送付します。くわしくは、各指定医療機関へ直接お問い合わせください。

	年齢	接種対象者	接種回数	接種料金
①	65歳	昭和29年4月2日～昭和30年4月1日	1回	自己負担金 5,000 円（生活保護受給者無料） 接種時は保険証および予診票をお持ちください。 ③に該当する方は、医師の証明書または身体障害者福祉 手帳をお持ちください。 ※過去に23価肺炎球菌ワクチンを接種したことのある 方及び、指定医療機関以外で受けた場合は、全額自己 負担となります。
	70歳	昭和24年4月2日～昭和25年4月1日		
	75歳	昭和19年4月2日～昭和20年4月1日		
	80歳	昭和14年4月2日～昭和15年4月1日		
	85歳	昭和9年4月2日～昭和10年4月1日		
	90歳	昭和4年4月2日～昭和5年4月1日		
	95歳	大正13年4月2日～大正14年4月1日		
	100歳	大正8年4月2日～大正9年4月1日		
②	大正8年4月1日以前に生まれた101歳以上となる方（今年度のみ）			
③	60～65歳未満の方で、心臓、腎臓または呼吸器の機能に、自己身の日常生活活動が極度に制 限される程度の障害を有する方、及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほと んど不可能な程度の障害を有する方（障害1級程度）			

定期予防接種スケジュール

定期予防接種は、市が委託している指定医療機関で一年間を通して無料で接種できます。（個別接種です。）

予防接種を受ける際は、各医療機関によって接種日や接種時間が違いますので必ず確認してからお出かけください。（医療機関は20～23ページをご参照ください）

望ましい接種時期に受けられなかった方も医療機関に相談をし、早めに計画をたてて受けましょう。

ワクチン		1 か 月	2 か 月	3 か 月	4 か 月	5 か 月	6 か 月	7 か 月	8 か 月	9 か 月	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳	8 歳	9 歳	10 歳	11 歳	12 歳	13 歳	14 歳	15 歳	16 歳	17 歳	18 歳	19 歳	標準的な時期	受ける回数および間隔	
B型肝炎			↓	↓				↓																						生後2～9か月未満	計3回／27日以上の間隔で2回、その後1回目から139日以上あけて1回	
ヒブ			↓	↓	↓						↓																			初回は生後2～7か月未満 ※1	計4回／初回は27日以上（標準的には27〈20〉～56日）の間隔で3回、その後7か月以上（標準的には7～13か月）あけて追加1回	
小児用肺炎球菌			↓	↓	↓						↓																			初回は生後2～7か月未満 ※1	計4回／初回は27日以上の間隔で3回、その後60日以上あけて1歳以降に追加1回	
4種混合 〔ジフテリア（D） 百日ぜき（P） 破傷風（T） 不活化ポリオ（IPV）〕	3種混合（DPT） ポリオ（IPV）	1期	↓	↓	↓						↓																			生後3か月～7歳6か月未満	計4回／20日以上（標準的には20～56日）の間隔で3回 3回目の後は6か月以上（標準的には1年～1年6か月）あけて1回	
2種混合 〔ジフテリア・破傷風〕		2期																												11歳～13歳未満	11歳	1回
BCG					↓																									生後3か月～1歳未満	生後5～8か月未満	1回
麻しん風しん混合 又は 麻しん・風しん		1期									↓																			1歳～2歳未満	1歳になったらできるだけ早く受けましょう！	1回
		2期																												5～7歳未満で翌年小学校入学の子 ※幼稚園などの年長児の時 （平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの子）	4月から6月の期間にできるだけ接種	1回
水痘											↓	↓																		1歳～3歳未満	初回は1歳～1歳3か月未満	計2回／1回目から3か月以上（標準的には6～12か月）あけて計2回
日本脳炎 ※2		1期										↓	↓	↓																生後6か月～7歳6か月未満	3歳 4歳	1期初回：6日以上（標準的には6～28日）の間隔で2回 1期追加：初回終了後、6か月以上（標準的にはおおむね1年）後に1回
		2期																				↓								9歳～13歳未満	9歳	2期：1回
子宮頸がん予防 ※3																														小学6年生～高校1年生	13歳となる日の属する年度の初日～末日まで	計3回　※女子のみ

↓ 接種

対象年齢

望ましい接種時期

※1 初回接種が7か月未満に完了しなかった場合は、接種回数が異なります。かかりつけ医に相談しましょう。

※2 平成17年度の積極的勧奨差し控えにより接種機会を逃した平成11年4月2日から平成19年4月1日生まれの方で4回の接種が終わっていない方は、弘前市保健センターへお問い合わせください。

※3 平成25年6月から積極的な勧奨は差し控えていますが、対象年齢内に定期として接種できます。

受診できる健（検）診を確認してみましょう

今年度(平成31年(2019年)4月1日から平成32年(2020年)3月31日の間)の誕生日を迎えるとあなたは何歳ですか？各年齢の欄にある健(検)診を受けることができます。がん検診は、弘前市民であれば受診できます。職場健診でがん検診がない場合や扶養家族の方などは、市の健(検)診を利用して受けましょう。

年齢は何歳ですか？（平成32年（2020年）3月31日現在）

20～39歳の方

40～74歳の方

満75歳以上(受診日当日)

健康
診
査

職場等で、
・生活習慣病に関する健診を受ける機会のない方

保険証を問わず、弘前市に住民票があれば受診できます。

20・30代健診

加入している医療保険は？

弘前市国民健康保険

弘前市国民健康保険以外の健康保険

後期高齢者医療制度

国保特定健診

特定健診

（勤務先等へご確認ください。）

後期高齢者健診

加入している医療保険が実施する特定健診を受けてください。
（加入している医療保険は、健康保険証で確認できます。）

がん検診・その他の健(検)診は？

♠は男性・♥は女性を対象とした検診

30歳
の男女

成人歯科健診
♥子宮がん検診

20歳・22歳・
24歳・26歳・
28歳・32歳・
34歳・36歳・
38歳の女性

♥子宮がん検診

40歳
の男女

胃がん検診
大腸がん検診
肺がん検診
♥子宮がん検診
♥乳がん検診
胃がんリスク検診
♥骨密度検診
成人歯科健診

41～44歳
の男女
46～49歳
の男女

胃がん検診
大腸がん検診
肺がん検診
♥子宮がん検診
（2年に1回偶数歳）
♥乳がん検診
（2年に1回偶数歳）

45歳
55歳
65歳
の男女

胃がん検診
大腸がん検診
肺がん検診
♥骨密度検診

50歳
60歳
70歳
の男女

胃がん検診
胃がん内視鏡検診
大腸がん検診
肺がん検診
♥子宮がん検診
♥乳がん検診
♠前立腺がん検診
♥骨密度検診
成人歯科健診

51～73歳
のうち、奇数
歳の男女
※55歳・65歳
を除く

胃がん検診
大腸がん検診
肺がん検診

52～74歳
のうち、偶数
歳の男女
※60歳・70歳
を除く

胃がん検診
胃がん内視鏡検診
大腸がん検診
肺がん検診
♥子宮がん検診
♥乳がん検診
♠前立腺がん検診

75歳以上の
のうち、奇数
歳の男女

胃がん検診
大腸がん検診
肺がん検診
後期高齢者歯科健診

76歳以上の
のうち、偶数
歳の男女

胃がん検診
胃がん内視鏡検診
大腸がん検診
肺がん検診
♥子宮がん検診
♥乳がん検診
♠前立腺がん検診
後期高齢者歯科健診

肝炎ウイルス検診は、40歳以上で今までにB型・C型ウイルス検査や治療を受けたことがない人が受診できます（生涯のうち、1度の受診になります。）

がん検診・その他の健(検)診

実施している健（検）診の種類

弘前市では、様々な健（検）診を実施しています。

年齢と加入している医療保険によって受けられる健（検）診の種類や料金が異なります。

70歳以上の方、生活保護受給世帯の方、住民税非課税世帯の方（世帯全員が非課税）、65～69歳で後期高齢者医療制度に加入している方は各種健診料金が無料です。

健（検）診 名			年度内年齢	内 容	自己負担額など
がん検診	胃がん	胃がん検診	40歳以上	胃部エックス線検査	1,000円（市の国保加入者は500円） 平成30年度（2018年度）に市の胃がん内視鏡検診を受診した方は受診できません。
		胃がん内視鏡検診	50歳以上（2年に1回偶数歳）	胃部内視鏡検査	3,000円（市の国保加入者は1,500円）
		<div>胃がん内視鏡検診の注意事項</div> <div>平成31年度（2019年度）も昨年度と同様に、個別医療機関で胃がん内視鏡検診を実施します。対象となる方には、平成31年（2019年）7月下旬に個別通知を発送します。対象の方は、胃内視鏡検査と胃部エックス線検査を両方受けることはできませんので、胃内視鏡検査を希望する人は、胃部エックス線検査を受けないようご注意ください。</div>			
	大腸がん検診		40歳以上	便潜血反応検査	500円（市の国保加入者は250円）
	肺がん検診		40歳以上	胸部エックス線検査	400円（市の国保加入者は200円）、問診により喀痰検査あり
	子宮がん検診（女性）		20歳以上（2年に1回偶数歳）	子宮頸部細胞診	700円（市の国保加入者は350円）
	乳がん検診（女性）		40歳以上（2年に1回偶数歳）	マンモグラフィー検査	700円（市の国保加入者は350円）
	前立腺がん検診（男性）		50歳以上（2年に1回偶数歳）	血液検査（PSA 値測定）	500円（市の国保加入者は250円）
その他の健（検）診	骨密度検診（女性）		40歳 45歳 50歳 55歳 60歳 65歳 70歳の女性	骨密度測定	300円
	肝炎ウイルス検診		40歳以上で今までにB型・C型肝炎ウイルス検査や治療を受けたことがない方	血液検査（HCV 抗体検査・HBs 抗原検査）	無料 生涯のうち、1度の検診になります。
	胃がんリスク検診		40歳	血液検査（ピロリ菌感染の有無や胃粘膜の状態を検査）	対象者に無料受診券を送付します。
	成人歯科健診（歯周疾患健診）		30歳・40歳・50歳・60歳・70歳	歯周疾患の早期発見、口腔内の健康度のチェック	対象者に無料受診券を送付します。 ※詳しくは、24ページをご覧ください。
	結核検診		65歳以上	胸部エックス線検査	無料
	20・30代健診		20歳～39歳まで	身体計測、血圧、血液検査（血中脂質、血糖等）尿検査など生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診	500円（市の国保加入者は無料） 職場で同様の健診を実施している方は受診できません。 ※詳しくは、16ページをご覧ください。
国保特定健診		40～74歳の国保加入者	身体計測、血圧、血中脂質、肝機能、血糖、尿検査など生活習慣病の早期発見早期治療に着目した健診	対象者には無料受診券を送付します。 ※詳しくは、17ページをご覧ください。	
後期高齢者健診		後期高齢者医療制度加入者		対象者には無料受診券を送付します。 ※詳しくは、19ページをご覧ください。	
後期高齢者歯科健診				無料（受診券がないため被保険者証を持参ください） ※詳しくは、24ページをご覧ください。	

受診する方法について(集団健(検)診)

～医療機関での個別健(検)診については、20～23ページをご覧ください～

検診バスで受診する健(検)診です。事前に申し込みが必要です。

各会場ごとに定員がありますので、定員になり次第申込みをしめきります。

受診日の10日前までに、**弘前市保健センター（☎37-3750）**へお申込みください。お申込み受付後、受診日の約1週間前に問診票等を送付します。

◎複合健診

ヒロロ複合健診

実施日	受付時間	実施場所	実施する健診
5月10日(金)	7:30 ～ 8:30	ヒロロ 3階 健康広場	<ul style="list-style-type: none"> 胃がん検診 大腸がん検診 肺がん検診 結核検診 前立腺がん検診 胃がんリスク検診 国保特定健診 後期高齢者健診 社会保険被扶養者の特定健診
5月24日(金)			
6月14日(金)			
6月28日(金)			
7月12日(金)			
7月26日(金)			
8月9日(金)			
8月23日(金)			
9月13日(金)			
9月27日(金)			
10月11日(金)			
10月25日(金)			
11月8日(金)			

地区での複合健診

実施日	受付時間	実施場所	実施する健診	申込み受付開始日
10月7日(月)	7:00 ～ 8:30	西交流センター	<ul style="list-style-type: none"> 胃がん検診 大腸がん検診 肺がん検診 結核検診 前立腺がん検診 胃がんリスク検診 国保特定健診 後期高齢者健診 社会保険被扶養者の特定健診 	平成31年 (2019年) 9月1日～
10月8日(火)		勤労青少年ホーム		
10月10日(木)		清水交流センター		
10月17日(木)		泉野多目的コミュニティ施設		
12月3日(火)		新和地区体育文化交流センター		
12月4日(水)		高杉ふれあいセンター		
				平成31年 (2019年) 10月15日～

◎総合検診車による地区での巡回がん検診(胃がん・大腸がん・肺がん)は、お住まいの町会により、場所や日程が変わります。町会を通じて、ハガキやチラシ等でお知らせします。

集団検診は、検診バスでの受診です。



ヒロロ複合健診・地区での複合健診は、インターネット予約が可能です



◎巡回子宮・乳がん検診

子宮・乳がん検診は、医療機関以外にも、巡回子宮・乳がん検診として、**40歳以上**の方を対象に、下記会場でも実施しています。対象の方には、お住まいの地区ごとに検診日程を順次郵便でお知らせします。お住まいの地域以外の会場でも受診できます。事前の申し込みが必要です。各会場ごとに定員がありますので、定員になり次第申込受付をしめきります。

実施月日		検 診 会 場	受付時間
5月8日	水	藤 代 公 民 館	12:00～13:00
5月10日	金	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	12:00～13:00
5月12日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
6月11日	火	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	12:00～13:00
6月16日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
7月7日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
7月10日	水	長 慶 閣	12:00～13:00
7月23日	火	津 軽 み ら い 農 協 石 川 支 店	12:00～13:00
7月28日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
7月29日	月	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	12:00～13:00
8月4日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
8月6日	火	三 大 小 学 校	12:00～13:00
8月8日	木	高 杉 ふ れ あ い セ ン タ ー	12:00～13:00
8月16日	金	新和地区体育文化交流センター	12:00～13:00
8月20日	火	岩 木 保 健 福 祉 セ ン タ ー	12:00～13:00

実施月日		検 診 会 場	受付時間
8月21日	水	岩 木 保 健 福 祉 セ ン タ ー	12:00～13:00
8月25日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
9月3日	火	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	12:00～13:00
9月8日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
9月19日	木	清 水 交 流 セ ン タ ー	12:00～13:00
10月1日	火	市 民 会 館	12:00～13:00
10月6日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
10月9日	水	千 年 公 民 館	12:00～13:00
10月20日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
10月30日	水	サ ン ラ イ フ 弘 前	12:00～13:00
10月31日	木	サ ン ラ イ フ 弘 前	12:00～13:00
11月10日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00
12月10日	火	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	12:00～13:00
1月19日	日	弘 前 市 保 健 セ ン タ ー	9:00～10:00

- 受診希望の方は、申込はがきか電話で弘前市保健センター（☎37-3750）へお申込みください。検診申込受付後、受診日の約1週間前に問診票を送付します。
- 受診当日は、受付後**3時間程度**かかりますので、時間に余裕をもってお越しください。

巡回子宮・乳がん
検診はインターネット
予約が可能です



◎ 20・30代健診

事前に申込みが必要です。定員になり次第、申込みをしめきります。

受診日の10日前までに、**弘前市保健センター（☎37-3750）**へお申込みください。

お申込み受付後、受診日の約1週間前に問診票等を送付します。

受診場所 弘前市医師会健診センター （受付時間 7:30～9:30）

* 下記の日程からお選びください* は土曜日・ は日曜日・ は託児日（10人まで）

12月から女性限定日（12月19日、1月23日、2月20日、3月17日）があります。

実施日（平成31年(2019年)4月～9月）													実施日（平成31年(2019年)10月～平成32年(2020年)3月）												
4月	15日	17日	19日	20日	23日	25日	27日						10月	2日	5日	7日	10日	11日	15日	16日	19日	24日	25日	28日	29日
5月	10日	13日	15日	18日	21日	23日	25日	26日	28日	30日			11月	1日	2日	5日	7日	11日	13日	16日	19日	20日	25日	28日	30日
6月	1日	3日	5日	7日	11日	15日	17日	19日	21日	23日	27日	29日	12月	2日	4日	6日	7日	10日	12日	14日	16日	18日	19日	20日	
7月	2日	4日	6日	8日	10日	12日	16日	21日	24日	25日	27日	29日	1月	6日	8日	10日	14日	16日	18日	23日	25日	27日	28日		
8月	2日	3日	6日	14日	17日	19日	23日	24日	25日	29日	31日		2月	1日	5日	7日	10日	14日	20日	22日	25日	27日	29日		
9月	3日	7日	9日	11日	13日	17日	19日	21日	25日	26日	28日	29日	3月	2日	4日	6日	10日	12日	14日	17日	18日				



24 時間受付中

ネットで簡単申込み

インターネット予約

弘前市 集団検診

検索



【インターネット予約ができる健(検)診】

- ▷ 特定健診、後期高齢者健診
- ▷ 20・30代健診（託児日は電話での予約のみ）
- ▷ 各種がん検診・肝炎ウイルス検診

※医療機関での各種健(検)診、総合検診車による地区での巡回がん検診(胃・肺・大腸)を除く。

インターネットで予約をすると、次の年には受診お知らせメールがとどいて便利だよ！



国民健康保険加入者の特定健康診査

国保特定健康診査は、心筋梗塞・脳卒中・糖尿病・高血圧症などの生活習慣病の発症や重症化の予防を目的に発症の前兆となるメタボリックシンドロームに着目した健診です。自覚症状に乏しい生活習慣病を防ぐため、この健診を毎年度受けましょう。

健 診 項 目	身体計測、血圧、血中脂質・肝機能・血糖・尿・貧血・心電図検査、眼底検査（医師が必要と認めた方のみ）
対 象 者	<p>次の要件をすべて満たす方</p> <p>（１）昭和 19 年 4 月 26 日から昭和 55 年 3 月 31 日までに生まれた市の国保加入者であること。 ただし、75 歳の誕生日以後は受診できません。（75 歳の誕生日を過ぎた方の健診は 19 ページをご覧ください。）</p> <p>（２）受診日に市の国保加入者であること。 <u>※家族の方の扶養になるなど、他の医療保険へ加入する予定がある方は、その医療保険での資格取得日にさかのぼって国保の資格を喪失することになりますので、特に注意してください。</u></p> <p>（３）平成 31 年度に市の国保人間ドックを受診していない、または、市の国保人間ドックの受診を予定していないこと。 ※ 国保人間ドック受診の方は、人間ドックの検査内容に特定健康診査が含まれ、同時受診となります。</p> <p>（４）次の項目に該当していない方であること</p> <ul style="list-style-type: none"> ・妊産婦 ・病院または診療所に 6 か月以上継続入院している方 ・障害者支援施設、養護老人ホーム、特別養護老人ホーム、介護保険施設などの施設に入所している方
実 施 期 間	平成 31 年（2019 年）4 月 25 日から翌年 3 月 15 日まで（この期間中 1 回に限り受診できます。）
自 己 負 担 額	無料（健診には約 1 万円の経費がかかりますが、受診券を使用することにより無料で受診することができます。）
申 込 先	20 ～ 23 ページをご覧ください、希望される医療機関などへ電話などで直接予約をしてください。
持 参 す る 物	<ul style="list-style-type: none"> ・国民健康保険被保険者証 ・特定健康診査受診券 <p>どちらか一方だけでは受診できません。</p> <p>（昨年度特定健康診査を受診された方は、その健診結果も持参してください。）</p>
受 診 券	<p>受診券はピンク色で、4 月下旬に郵送します。紛失しないようにお願いします。</p> <p>なお、紛失した場合は再交付しますので、国保年金課へお知らせください。（1 週間程度かかります。）</p> <p>平成 30 年度の特定健康診査の結果により、現在、特定保健指導を受けられている方には、保健指導終了後に受診券を交付します。</p> <p>平成 31 年度の途中から国保に加入された方には、随時受診券を郵送します。</p>
健診後の保健指導	特定健康診査の結果、生活習慣の改善が必要と判断された方には、保健師または管理栄養士による保健指導を受けることができます。
問 い 合 わ せ 先	国保年金課（35 - 1116、または 35 - 1111 内線 206）までお願いします。

国保人間ドック

検査内容	特定健康診査、胃がん・肺がん・大腸がん検診 肺機能、眼底、腹部超音波検査		
対象者	次の要件をすべて満たす方 (1) 昭和19年4月16日から昭和55年3月31日までに生まれた市の国保加入者であること。ただし、75歳の誕生日以後は受診できません。 (2) 受診日に市の国保加入者であること。 <u>※他の医療保険への加入手続き中の方は、その医療保険での資格取得日にさかのぼって国保の資格を喪失することとなりますので、特に注意してください。</u> (3) 国民健康保険料の滞納が無い世帯の方であること。 (4) 今年度、国保の特定健康診査を受診していないこと。 (5) 妊産婦、病院または診療所に6か月以上継続入院している方、障害者支援施設・養護老人ホーム・特別養護老人ホーム・介護保険施設などに入所している方でないこと。		
自己負担額	4,000 円 ※当日実施した検診の内容や年齢により、負担額が増減する場合もあります。		
実施期間	平成31年(2019年)4月15日から翌年3月15日まで (この期間中1回に限り受診できます。)		
実施場所 実施日時 申込先	弘前市医師会 健診センター (野田2丁目)	月～土曜日 (第2土曜、祝日等を除く。ただし、5・6・7・8・9月については日曜日に受診できる日もあります。)	国保年金課へお申込みください。 ダイヤルイン(直通) 35 - 1116
	鳴海病院 健康管理センター (品川町)	月～金曜日 (祝日等を除く)	鳴海病院健康管理センターへお申込みください。 37 - 2550

国保脳ドック

検査内容	脳MRI、脳血管MRA、頸部頸動脈MRA、血液検査、尿検査		
対象者	次の要件をすべて満たす方 (1) 昭和19年4月2日から昭和55年3月31日までに生まれた市の国保加入者であること。ただし、75歳の誕生日以後は受診できません。 (2) 受診日に市の国保加入者であること。 <u>※他の医療保険への加入手続き中の方は、その医療保険での資格取得日にさかのぼって国保の資格を喪失することとなりますので、特に注意してください。</u> (3) 国民健康保険料の滞納が無い世帯の方であること。		
自己負担額	5,000 円		
実施期間	平成31年(2019年)4月1日から翌年3月31日まで (この期間中1回に限り受診できます。)		
実施場所 実施日時 申込先	鳴海病院 健康管理センター	月～金曜日 (祝日等を除く)	(品川町) 37 - 2550
	木村脳神経 クリニック	月～土曜日 (水曜日・祝日等を除く)	(代官町) 31 - 3117
	健生病院	月～金曜日 (祝日等を除く)	(扇町2丁目) フリーダイヤル(電話料無料) 0120 - 32 - 1179
	弘前脳神経外科 クリニック	月～金曜日、第2・4土曜 (祝日等を除く)	(大清水4丁目) 88 - 5212
	弘前脳卒中・リハビリ テーションセンター	月・金曜日 (祝日等を除く)	(扇町1丁目) 28 - 8220

■共通事項

申込手続き	事前の予約が必要となりますので、各申込先にお申込みください。 ※ 各実施機関とも検査できる人数に限度がありますので、実施期間中でも申込みがいっぱいになり次第受付終了となる場合もあります。余裕をもってお申込みください。
問い合わせ先	国保年金課(35 - 1116、または35 - 1111 内線206)までお願いします。

後期高齢者医療制度加入者の健康診査

後期高齢者医療制度加入者の健康診査は、生活習慣病の早期発見・早期治療につなげることで重症化の予防を目的とした健康診断です。また、歯及び歯肉の状態、口腔内の衛生状態等口腔機能をチェックする歯科健康診査も実施します。詳しくは 24 ページをご覧ください。

健 診 項 目	【医科健診】 身体計測、血圧、血中脂質、肝機能、血糖、尿検査、クレアチニン検査、貧血検査（※①）、心電図検査（※①）、眼底検査（※①） ※① 医師が必要と認めた方のみ実施します。
対 象 者	健診受診日において後期高齢者医療制度加入者で、弘前市に住所を有する方。 ただし、次の方はこの健診を受診できませんので注意してください。 （１）病院や診療所に６か月以上継続して入院している方。 （２）障害者支援施設、養護老人ホーム、特別養護老人ホーム、介護保険施設、有料老人ホームなどに入所または入居している方。 （３）平成 31 年度後期高齢者医療制度に加入する方（※ ②）で、今年度中に特定健診を受診済みの方。
実 施 期 間	平成 31 年（2019 年）4 月 25 日から翌年 3 月 15 日まで （この期間中 1 回に限り受診できます。）
自 己 負 担 額	無 料 （健診には約 1 万円の経費がかかりますが、受診券を使用することにより無料で受診することができます。）
申 込 先	20 ～ 23 ページをご覧ください、 希望される受診機関へ 電話などで 直接予約 をしてください。
持 参 す る 物	<ul style="list-style-type: none"> 後期高齢者医療被保険者証 健康診査受診券 どちらか一方だけでは受診できません。 （昨年度、この健診又は特定健診（メタボ健診）を受診した方は、その健診結果も持参してください。）
受 診 券	受診券は オレンジ色 で、対象となる方へ 4 月下旬に郵送します。 なお、紛失した場合は再交付しますので国保年金課後期高齢者医療係へお知らせください。（1 週間程度かかります。）
他の検診との同時受診	この健診は、各種がん検診と一緒に受診することもできます。 同時に受診希望の方は弘前市医師会健診センター検診課（フリーダイヤル 0120-050-489）へ、各医療機関で受診希望の方は 20 ～ 23 ページに記載している医療機関へ直接お申込みください。
問い合わせ先	国保年金課後期高齢者医療係（40 - 7046、または 35 - 1111 内線 208・493）までお願いします。

☆平成 31 年度後期高齢者医療制度に加入する方（※ ②）

（※ ②）について……今年度 75 歳になる方及び 65 歳以上 75 歳未満で一定の障害があると青森県後期高齢者医療広域連合に認定された方
 後期高齢者医療制度に加入する日の前日までに受診する場合……市の国保加入者は、市の国保特定健診（メタボ健診）を受診することができます。
 市の国保以外の医療保険に加入している方は、各保険者にお問い合わせください。
 後期高齢者医療制度に加入した日以降に受診する場合……この健診を受診することができます。

[illegible]

※ 受診できる曜日・時間など、詳しくは各医療機関に直接ご確認ください。

	実施医療機関		電話	がん検診					健康診査					国保のみ		後期高齢	予防接種																	
				胃がん エックス線	大腸がん 内視鏡	子宮がん	乳がん	前立腺がん	骨密度	結核	肝炎	胃がんリスク	生保	出稼ぎ	特定		国保人間ドック	国保脳ドック	4種混合	ポリオ	2種混合	MR混合	小児肺炎球菌	ヒブ	小児B型肝炎	子宮頸がん	水痘	日本脳炎	BCG	高齢者肺炎球菌	インフルエンザ			
34	菊池医院	富田町	39-1234	○		○			○	○		○		○	○	○	○			○											○	○		
35	木村脳神経クリニック	代官町	31-3117												○	○	○		○	○											○	○		
36	工藤医院	石川字石川	92-3316		○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○			○	○		○	○		
37	くどうクリニック	駅前3丁目	37-1155																												○	○		
38	倉田医院	元寺町	37-3411	○		○			○		○	○	○	○	○	○	○			○											○	○		
39	くりたクリニック	表町	31-2100					○																								○		
40	黒江内科	駅前町	35-2233	○	○	○					○	○	○	○	○	○	○			○											○	○		
41	健生クリニック	扇町2丁目	55-7707																												○	○		
42	健生病院	扇町2丁目	55-7717	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	(高肺、高インフルは通院、入院患者のみ)													
43	こいし内科クリニック	松原東2丁目	87-7111	○		○			○		○	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
44	弘愛会病院	宮川3丁目	33-2871	○	○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○											○	○		
45	康安外科内科医院	栄町1丁目	33-6262		○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○											○	○		
46	国立病院機構 弘前病院	富野町	32-4311				○						○								○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
47	児島小児科	北川端町	32-0506																		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○		
48	五所の診療所	五所字野沢	84-2311			○			○		○	○	○	○	○	○	○			○			○	○			○	○	○	○	○	○		
49	小林ひ尿器科	富野町	31-1177						○																							○		
50	小堀クリニック	中野2丁目	32-7146	○		○			○	○	○	○	○	○	○	○	○			○	○		○	○				○	○		○	○		
51	坂本アレルギー・呼吸器科医院	安原2丁目	39-6110			○			○		○	○	○	○	○	○	○			○										○	○	○		
52	坂本耳鼻咽喉科医院	南瓦ヶ町	33-6373																												○	○		
53	さがらクリニック	桔梗野1丁目	37-2070	○	○	○			○	○	○	○	○	○		○				○	○		○	○				○	○		○	○		
54	さとう耳鼻咽喉科医院	田園4丁目	27-8733																							○					○	○		
55	佐藤内科医院	覚仙町	34-2126	○	○	○			○		○	○	○	○	○	○	○			○											○	○		
56	佐藤内科小児科 取上医院	取上2丁目	33-1191			○			○		○	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
57	さわだ整形外科	大開3丁目	87-3311							○																						○		
58	沢田内科医院	茂森新町1丁目	37-7755		○	○			○	○	○	○	○	○	○	○	○					○	○			○	○	○			○	○		
59	サンタハウスクリニック	大川字中桜川	99-1799						○				○		○	○	○														○	○		
60	産婦人科 鈴木クリニックHG	笹森町	37-2230				○																								○	○		
61	下田クリニック	城東中央4丁目	27-2002			○			○				○	○		○				○											○	○		
62	消化器内科 中畑クリニック	泉野1丁目	89-1700			○			○		○	○	○	○	○	○	○			○											○	○		
63	城西しおたに内科小児科	南城西1丁目	31-3177		○	○			○		○	○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○		
64	城東クリニック	城東中央3丁目	26-2800	○		○			○		○	○	○	○	○	○	○			○											○	○		
65	城東こどもクリニック	城東北4丁目	29-3111																		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		
66	しらとりレディースクリニック	豊原2丁目	33-2822			○	○										○									○						○		
67	神整形外科	大町3丁目	35-2551						○																						○	○		

※ 受診できる曜日・時間など、詳しくは各医療機関に直接ご確認ください。

	実施医療機関	電話	がん検診					健康診査					国保のみ		後 期 高 齢	予 防 接 種												高 齢 者 イン フル エン ザ				
			胃がん エックス線	大腸がん 内視鏡	子宮がん	乳がん	前立腺がん	骨 密 度	結 核	肝 炎	胃がん リスク	生 保	出 稼 ぎ	特 定		国保人間ドック	国保脳ドック	4 種 混 合	ポリオ	2 種 混 合	MR 混 合	小児肺炎球菌	ヒ ブ	小児B型肝炎	子宮頸がん	水 痘	日本脳炎		B C G	高 齢 者 肺炎球菌		
68	すとうクリニック	悪 戸 字 青 柳	32-8696									○	○	○	○			○													○	
69	聖康会病院	和 泉 2 丁 目	27-4121			○		○			○	○	○	○	○	○			○												○	○
70	関医院中津軽診療所	賀 田 1 丁 目	82-3006	○		○						○	○	○	○	○			○												○	○
71	そうまクリニック	八 幡 町 2 丁 目	32-2222	○		○		○			○	○	○	○	○	○			○		○	○	○				○	○			○	○
72	相馬信内科クリニック	城 南 3 丁 目	37-3741	○		○		○			○	○	○	○	○	○			○													○
73	副島胃腸科内科	稔 町	38-8080	○	○	○		○			○	○	○	○	○	○			○		○	○			○	○	○				○	○
74	たかはし内科胃腸科小児科	取 上 2 丁 目	38-2211	○	○	○		○			○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○		○	○	○			○	○
75	田口小児科医院	徳 田 町	34-1213																	○	○	○	○	○	○	○	○					○
76	玉田内科医院	中 野 2 丁 目	33-8311	○		○		○			○	○	○	○	○	○			○													○
77	たむら内科クリニック	清 水 1 丁 目	37-1233			○		○			○	○	○	○	○	○			○													○
78	田村泌尿器科医院	富 田 1 丁 目	33-7251			○		○						○	○				○													○
79	千葉胃腸科内科医院	石 渡 3 丁 目	36-7788	○	○	○		○			○	○	○	○	○	○			○													○
80	富野町内科医院	富 野 町	35-3335	○	○	○		○	○		○	○	○	○	○				○													○
81	なりた内科クリニック	安 原 2 丁 目	87-7788	○		○		○			○	○	○	○		○			○													○
82	ナルミ医院	南 川 端 町	33-1507			○		○	○		○	○	○	○	○	○			○													○
83	鳴海病院健康管理センター	品 川 町	37-2550	○	○	○	○	○	○		○	○	○	○		○	○	○	○													○
84	なんば耳鼻咽喉科	高 田 5 丁 目	55-8749																													○
85	にしかわ整形外科・手の外科クリニック	早 稲 田 2 丁 目	29-6622						○																							
86	西弘前クリニック	中 野 1 丁 目	32-4121	○		○		○	○		○	○	○	○	○	○			○													○
87	のだ眼科・血管内科クリニック	神 田 3 丁 目	33-6611			○		○	○		○	○	○	○	○	○			○													○
88	場崎クリニック	代 官 町	38-6600			○		○	○		○	○	○	○	○	○			○	○	○	○	○	○		○	○	○				○
89	はせがわ内科クリニック	賀 田 1 丁 目	82-1182			○							○	○	○	○			○													○
90	畑山医院	石 川 字 春 仕 内	92-2115			○		○			○		○	○	○	○			○		○	○				○	○					○
91	八幡町クリニック	青 山 4 丁 目	31-6188				○							○		○			○													○
92	早川内科肛門科	安 原 3 丁 目	87-7700		○	○		○			○	○	○	○	○	○			○													○
93	原子整形外科医院	代 官 町	32-0255						○					○	○	○			○													○
94	弘前愛成会病院	北 園 1 丁 目	34-7111											○		○			○													○
95	弘前駅前整形外科クリニック	駅 前 町	39-7555						○																							○
96	弘前小野病院	和 泉 2 丁 目	27-1431	○		○		○			○			○	○	○			○													○
97	弘前温泉養生医院	真 土 字 勝 剣 林	82-3377			○		○	○		○	○	○	○	○	○			○													○
98	弘前記念病院	境 関 字 西 田	28-1211											○		○			○													○
99	弘前市医師会健診センター	野 田 2 丁 目	0120-050-489 39-6611	○		○	○	○	○		○	○	○	○		○	○		○													
100	弘前市立病院	大 町 3 丁 目	34-3211	○	○	○							○	○	○	○	○		○	○	○	○	○	○	○		○	○	○			○
101	弘前大学医学部附属病院（入院児のみ）	本 町	33-5111																	○	○	○	○	○	○	○	○	○				

※ 受診できる曜日・時間など、詳しくは各医療機関に直接ご確認ください。

	実施医療機関	電話	がん検診					健康診査					国保のみ		後期高齢	予防接種															
			胃がん	大腸がん	子宮がん	乳がん	前立腺がん	骨密度	結核	肝炎	胃がんリスク	生保	出稼ぎ	特 定		国保入内ドック	国保脳ドック	4種混合	ポリオ	2種混合	MR混合	小児肺炎球菌	ヒブ	小児B型肝炎	子宮頸がん	水痘	日本脳炎	B C G	高齢者肺炎球菌	インフルエンザ	
			エッジ線	内視鏡																											
102	弘前中央病院	吉 野 町	36-7111									○	○	○			○											○	○		
103	弘前脳神経外科クリニック	大 清 水 4 丁 目	88-5212										○		○		○											○	○		
104	弘前脳卒中・リハビリテーションセンター	扇 町 1 丁 目	28-8220													○					(通院・入院患者のみ)							○	○		
105	弘前メディカルセンター	大 町 2 丁 目	35-1511	○		○		○	○	○	○	○	○	○	○		○												○	○	
106	弘前レディスクリニック	駅 前 町	35-2110				○																	○							
107	富士医院	新 里 字 東 里 見	27-1525						○					○	○	○		○											○	○	
108	富士内科医院	松 森 町	32-1016	○	○	○		○		○	○	○	○	○	○	○		○		○									○	○	
109	福島耳鼻咽喉科	百 石 町	32-5032																										○	○	
110	ふくだ脳神経・整形外科クリニック	早 稲 田 1 丁 目	27-5601															○	○	○	○	○	○	○	○	○	○		○	○	
111	福原循環器内科クリニック	上 鞆 師 町	32-0528							○																			○	○	
112	藤代健生病院	藤 代 2 丁 目	36-5181																										○	○	
113	藤盛医院	品 川 町	32-0974				○																	○					○	○	
114	松木皮膚科医院	松 森 町	34-7350																											○	
115	満天クリニック	笹 森 町	33-3001			○		○					○	○		○		○												○	○
116	三上内科医院	北 横 町	35-5601	○		○							○	○	○		○													○	○
117	みくにや内科循環器科	笹 森 町	36-3928	○		○		○	○	○			○	○	○	○	○	○		○										○	○
118	むらなか小児科内科	早 稲 田 2 丁 目	29-3232												○				○	○	○	○	○	○	○		○	○	○		○
119	メーラ、レディスクリニック	東 長 町	31-1882				○																			○		(女性のみ)		○	
120	恵こどもクリニック	宮 川 1 丁 目	36-4152									○			○			○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○			
121	守屋内科	駅 前 3 丁 目	31-2565		○	○		○	○	○	○	○	○	○	○		○			○										○	○
122	やぎはし腎・泌尿器科医院	笹 森 町	38-5533			○		○					○	○	○		○													○	○
123	やすはら耳鼻咽喉科	安 原 3 丁 目	88-0087																												○
124	山内整形外科	城 東 4 丁 目	26-3336						○												(当院通院中のリウマチ患者のみ)							○			
125	山形内科クリニック	松 森 町	37-5811		○	○		○	○	○	○	○	○	○	○		○													○	○
126	山口医院	若 葉 1 丁 目	39-2311			○		○				○	○	○	○	○		○												○	○
127	やまとクリニック 泌尿器科・内科	高 田 4 丁 目	88-8720			○		○					○		○		○													○	○
128	ゆざわ産婦人科クリニック	品 川 町	35-4635				○																		○						
129	よこやま整形外科	藤 野 2 丁 目	31-2277						○																					○	○
130	吉田クリニック	百 石 町	37-6300			○		○		○			○		○		○													○	○
131	よしだ耳鼻科・小児科	中 野 2 丁 目	33-2306															○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
132	レディスクリニックすごう	外 崎 5 丁 目	28-8181				○																								

個別歯科健診について



◎マタニティ歯科健診について

健 診 内 容	歯・歯肉、その他の口の中の状況、歯科保健指導（レントゲン検査はありません）	お問い合わせ先 健康づくり推進課 電話：37-3750
対 象 者	健診受診日において、弘前市に住所を有する妊婦の方	
実 施 期 間	妊娠している期間（母子健康手帳交付を受けた方に受診券を交付します。）	
自 己 負 担 額	無 料（受診券がない場合は受診できません）	
受 診 方 法	次ページの実施歯科医療機関で予約のうえ、受診してください。	

◎2歳児歯科健診について

健 診 内 容	問診、診察、口腔衛生指導、フッ素塗布（希望者のみ）	お問い合わせ先 健康づくり推進課 電話：37-3750
対 象 者	健診受診日において、弘前市に住所を有する、満2歳6か月以上満2歳8か月未満の幼児	
実 施 期 間	満2歳6か月から満2歳8か月未満の間（それを過ぎると受診券は使用できません。）	
自 己 負 担 額	無 料（受診券を実施歯科医療機関に提出してください。）	
受 診 方 法	対象者に受診券を郵送します。次ページの実施歯科医療機関で予約のうえ、受診してください。 （持ち物：受診券、母子健康手帳、現在使用中の「お子さんの歯ブラシ」、保険証）	

◎成人歯科健診（歯周疾患健診）について

健 診 内 容	歯周疾患等に関連する自覚症状の有無の聴取、歯及び歯周組織等の状況について診査	お問い合わせ先 健康づくり推進課 電話：37-3750
対 象 者	年度内に30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方	
実 施 期 間	7月～翌3月末日（対象者へ受診券を郵送します。）	
自 己 負 担 額	無 料	
受 診 方 法	次ページの実施歯科医療機関で予約のうえ、受診してください。	

◎後期高齢者医療制度加入者の歯科健診について

健 診 内 容	歯と歯周病の状態、義歯・咬合の状態、口腔内の衛生状況、口腔（嚥下）機能の状態など	お問い合わせ先 国保年金課 後期高齢者医療係 電話：40-7046
対 象 者	健診受診日において後期高齢者医療制度加入者で、弘前市に住所を有する方。 ただし、つぎの方はこの健診をできませんのでご注意ください。 病院または診療所に6か月以上継続して入院している方、障害者支援施設・養護老人ホーム・特別養護老人ホーム・介護保険施設・有料老人ホームなどに入所または入居している方	
実 施 期 間	5月～翌年3月末日	
自 己 負 担 額	無 料（被保険者証が必要です。）	
受 診 方 法	次ページの実施歯科医療機関で予約のうえ、被保険者証を持参し受診してください。 実施期間内1回だけ無料受診できます。	

【受診できる実施歯科医療機関は次ページを参照してください。】

実施歯科医療機関一覧

(50音順)

	歯科医療機関名	所在地	電話番号	マタニティ 歯科	2歳歯科	成人歯科	後期高齢		歯科医療機関名	所在地	電話番号	マタニティ 歯科	2歳歯科	成人歯科	後期高齢
1	I 歯科	富士見町 7-1	32-8511		○	○	○	43	ソレイユ歯科医院	新町 162-3	39-7303	○	○	○	○
2	あおば歯科医院	桔梗野四丁目 9-26	31-3343	○	○	○	○	44	第一歯科クリニック	城東中央三丁目 1-25	27-7706	○	○	○	○
3	赤石歯科医院	上瓦ヶ町 17-2	33-4181	○	○	○	○	45	第一ファミリー歯科	城東中央三丁目 10-19	28-1888	○	○	○	○
4	秋元歯科クリニック	大開二丁目 1-12	88-1513	○	○	○	○	46	代官町クリニック吉田歯科	代官町 108	38-4142	○	○	○	○
5	明本歯科医院	大町三丁目 4-9	35-4774	○	○	○	○	47	たかち歯科小児歯科医院	向瀬四丁目 14-1	37-5533	○	○	○	○
6	あべ歯科医院	青山三丁目 8-1	37-3737	○	○	○	○	48	田口矯正歯科	徳田町 36	39-4184			○	○
7	あまない歯科医院	神田一丁目 8-3	88-6400	○	○	○	○	49	竹沢歯科クリニック	松原西三丁目 1-1	88-1717	○	○	○	○
8	石岡歯科医院	松森町 75	32-1078	○	○	○	○	50	デンタルオフィスよしだ	早稲田三丁目 6-9	26-2525	○	○	○	○
9	いちむら歯科医院	取上二丁目 16-2	31-0756	○	○	○	○	51	中川歯科医院	松森町 156	32-2188		○	○	○
10	梅原歯科医院	土手町 123	32-7330	○	○	○	○	52	なかざわ歯科	北川端町 3	35-0601		○	○	○
11	梅村歯科クリニック	石渡一丁目 1-3	32-7311	○	○	○	○	53	中畑歯科医院	山道町 14-3	32-6650	○	○	○	○
12	遠藤歯科	代官町 75-1	36-5560	○	○	○	○	54	なかむら歯科医院	末広四丁目 2-3	26-0388	○	○	○	○
13	おおつ歯科クリニック	山王町 2-6	32-4832	○	○	○	○	55	成田歯科クリニック	八幡町二丁目 5-5	34-2977		○	○	○
14	大町歯科医院	大町三丁目 10-4	31-7275	○	○	○	○	56	なるみ歯科	大清水四丁目 8-6	38-1115		○	○	○
15	オリオン歯科クリニック	元寺町 35	33-0418	○	○	○	○	57	鳴海デンタルクリニック	城東中央三丁目 10-13	26-2301	○	○	○	○
16	かなもり歯科	中野五丁目 12-27	89-1550	○	○	○	○	58	野村歯科医院	西川岸町 1	32-8695	○	○	○	○
17	川崎歯科	紙漣町 2-12	33-7475	○	○	○	○	59	波多野歯科医院	徳田町 5	32-2861	○	○	○	○
18	かわむら歯科医院	茂森町 174-4	36-1805			○	○	60	浜の町歯科クリニック	浜の町東三丁目 3-5	37-3566	○	○	○	○
19	川村歯科医院	野田一丁目 6-2	32-4073	○	○	○	○	61	ひまわり歯科クリニック	早稲田二丁目 12-14	29-3738	○	○	○	○
20	桔梗野歯科	桔梗野二丁目 5-23	35-8177	○	○	○	○	62	百石町デンタルクリニック	百石町 33	55-6480	○	○	○	○
21	菊地歯科医院	中野一丁目 11-6	32-7257	○	○	○	○	63	平山歯科クリニック	宮園五丁目 35-3	33-2247		○	○	○
22	木村歯科医院	品川町 59-1	32-3894			○	○	64	平山歯科診療所	本町 86-2	32-3705			○	○
23	矯正歯科じん歯科クリニック	大町二丁目 10-3	37-1182	○	○	○	○	65	弘前インター歯科クリニック	石川字平岡 157-1	55-8214	○	○	○	○
24	楠美歯科クリニック	中野二丁目 6-21	34-1182		○	○	○	66	福原歯科医院	上鞆師町 12-3	37-3535	○	○	○	○
25	くどう歯科	茂森町 121	31-0120	○	○	○	○	67	医療法人亮友会ふじた歯科医院	石渡四丁目 13-3	37-3118	○	○	○	○
26	工藤歯科医院	石川字家岸 10-6	92-2330	○	○	○	○	68	ほくおう歯科医院	北横町 42	33-4618	○	○	○	○
27	くりの木デンタルクリニック	新町 89-1	88-7676	○	○	○	○	69	松枝歯科医院	下白銀町 15-4	35-2157	○	○	○	○
28	小泉歯科医院	高屋字本宮 480-4	82-3232	○	○	○	○	70	松野歯科医院	上瓦ヶ町 5	37-8148	○	○	○	○
29	弘南歯科医院	川先四丁目 12-24	26-0888	○	○	○		71	松山歯科医院	富田三丁目 1-11	33-2020	○	○	○	○
30	さくらデンタルクリニック	城東北三丁目 5-12	26-1188	○	○	○	○	72	ミカミ歯科	駅前一丁目 1-5	33-5400	○	○	○	○
31	笹村歯科医院	城東中央四丁目 3-31	28-0797	○	○	○	○	73	めぐみ歯科医院	城東二丁目 1-13	28-3202	○	○	○	○
32	佐藤歯科診療所	賀田字大浦 81-11	82-3032	○	○	○	○	74	毛内歯科医院	田園四丁目 12-21	29-2332	○	○	○	○
33	佐藤歯科医院	中野一丁目 9-1	33-2158	○	○	○	○	75	盛歯科クリニック	桔梗野一丁目 4-20	33-8148	○	○	○	○
34	佐藤歯科医院	大浦町 4	36-0412		○	○	○	76	やがわ歯科医院	城西四丁目 1-13	39-6400	○	○	○	○
35	沢田歯科クリニック	茂森新町一丁目 7-6	26-7176	○	○	○	○	77	やぎはしファミリー歯科	富田町 34	36-4180	○	○	○	○
36	三和歯科クリニック	中野四丁目 6-10	87-7070	○	○	○	○	78	安原田中歯科医院	安原三丁目 3-19	37-7311	○	○	○	○
37	城西歯科クリニック	五十石町 2	33-6680	○	○	○	○	79	やまざき歯科医院	大清水四丁目 10-10	39-6666	○	○	○	○
38	杉山歯科クリニック	泉野二丁目 18-6	55-0811	○	○	○	○	80	山崎歯科クリニック	宮川二丁目 3-4	36-8811	○	○	○	○
39	スクエア歯科	富田三丁目 10-21	39-4180	○	○	○	○	81	よりみつ歯科クリニック	南城西二丁目 5-3	88-6402	○	○	○	○
40	清歯科医院	青山五丁目 27-1	37-8020	○	○	○	○	82	わかば歯科医院	笹森町 32-1	33-7388			○	
41	関歯科医院	和泉一丁目 4-7	26-2789	○	○	○	○	83	渡辺歯科医院	茂森町 42-1	32-5800	○	○	○	○
42	副島歯科医院	穂町 8-4	38-7272	○	○	○	○	84	和徳歯科医院	和徳町 24-1	32-2606	○	○	○	○

市のたばこ対策

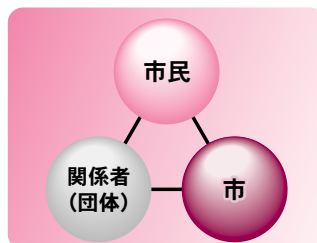


平成 28 年 8 月策定「弘前市たばこの健康被害防止対策の指針」

弘前市では、たばこの煙による健康被害から市民を守り、快適な生活が出来るよう指針を作りました。

市民・関係者（団体）・市が「3つの柱」に基づき、それぞれの役割を認識しながら一体となって継続的かつ段階的に取り組みを進めます。

これからも、たばこの健康被害防止のため、ご理解とご協力をお願いします。



【たばこの健康被害防止対策3つの柱】

次世代の健康の確保	成人の喫煙率の減少	受動喫煙防止の環境づくり
<ul style="list-style-type: none"> 未成年者の喫煙防止 妊産婦の禁煙支援・喫煙防止 	<ul style="list-style-type: none"> 喫煙者の健康の確保 周囲の人の受動喫煙の機会減少 禁煙希望者に対する支援 	<ul style="list-style-type: none"> 施設等における受動喫煙防止対策の目指す姿の設定

■たばこの健康被害防止対策についての詳しい情報は、こちらをご覧ください。

■市では「たばこの健康被害防止対策について」出前講座を実施しておりますので、ぜひご活用ください。



知っておきたい！たばこ情報

○喫煙は死亡の最大の要因

喫煙により毎年約 13 万人が死亡

喫煙による健康被害

- がん ●脳卒中 ●心疾患
- 流産、早産 ●2型糖尿病
- 慢性閉塞性肺疾患（COPD）など

■禁煙は、何歳から始めても体にいいことがあります。色々な禁煙方法がありますので、詳しいことは、禁煙治療実施医療機関や弘前市保健センターへご相談ください。（☎ 37 - 3750）

○受動喫煙による健康被害は確実

受動喫煙により毎年約 15,000 人が死亡

受動喫煙による健康被害

- 肺がん ●心疾患
- 脳卒中 ●喘息
- 乳幼児突然死症候群（SIDS）など

■たばこの煙は、PM2.5 の 1 つです。煙の粒子が小さく、ガス成分もあるため換気扇や空気清浄器を利用して受動喫煙を完全に防ぐことはできません。

■たばこの健康被害についての詳しい情報は、こちらをご覧ください。



禁煙治療実施医療機関



（平成 30 年 6 月現在ニコチン依存症管理料届出医療機関）

	医療機関名	診療科	禁煙治療 受付曜日	受付時間（外来）		要予約
				午 前	午 後	
1	ナルミ医院 (南川端町 13 ☎ 33-1507)	内科	月～土 ※ 水・土は午後休診	8:30～12:00	2:00～5:30	○
2	坂本アレルギー呼吸器科医院 (安原 2 丁目 13-10 ☎ 39-6110)	呼吸器科	月～土 ※ 土は午後休診	8:30～12:00	3:30～6:00	
3	石沢内科胃腸科 (新町 151 ☎ 34-3252)	内科 心療内科	月～土 ※ 水・火・水・金 木 土	8:30～12:15 8:45～13:00	2:30～6:00 3:30～6:00	○
4	青山胃腸科内科クリニック (川先 2 丁目 3-7 ☎ 27-2323)	内科	月～火、木～金	9:00～12:00	2:30～6:00	
5	畑山医院 (石川字春仕内 97-1 ☎ 92-2115)	内科、循環器科 呼吸器科	月～土 ※ 土は午後休診	9:00～12:30	3:00～6:00	
6	弘前温泉養生医院 (真土字勝剣林 334-1 ☎ 82-3377)	整形外科 内科	月～土 ※ 土は午後休診	8:30～12:00	2:00～7:00	
7	副島胃腸科内科 (稔町 8-1 ☎ 38-8080)	内科	月～火・水・土 火・木	9:00～12:30	2:30～6:00	○
8	よしだ耳鼻科・小児科 (中野 2 丁目 1-15 ☎ 33-2306)	耳鼻咽喉科	月～金 ※ 水は午後休診 土	9:00～12:00 9:00～13:00	3:00～7:00	
9	西弘前クリニック (中野 1 丁目 9-8 ☎ 32-4121)		月～土 ※ 土は午後休診	8:30～12:00	2:00～6:00	
10	恵こどもクリニック (宮川 1 丁目 2-2 ☎ 36-4152)	小児科 アレルギー科	月～土 ※ 水・土は午後休診	9:00～12:30	4:00～6:00	○
11	消化器内科 中畑クリニック (泉野 1 丁目 5-3 ☎ 89-1700)	内科	月～土 ※ 木・土は午後休診	9:00～12:00	4:00～6:00	
12	はせがわ内科クリニック (賀田 1 丁目 3-2 ☎ 82-1182)	内科、循環器科、消化器科、 呼吸器科、アレルギー科	月～土 ※ 土は午後休診	8:30～12:30	2:30～6:30	
13	弘愛会病院 (宮川 3 丁目 1-4 ☎ 33-2871)		月～土 ※ 土は午後休診	8:30～11:30	2:00～7:00	○
14	サンタハウスクリニック (大川字中根川 19-1 ☎ 99-1799)			10:00～11:00		○
15	佐藤内科医院 (覚仙町 15-1 ☎ 34-2126)	内科	月・火・木・金 水 土	9:00～12:00 9:00～13:00	2:00～6:00 2:00～5:00	○
16	工藤医院 (石川字石川 97 ☎ 92-3316)	内科	月～土 ※ 土は午後休診	8:30～12:00	2:00～6:30	
17	五所の診療所 (五所字野沢 39-13 ☎ 84-2311)	内科	月～土 ※ 水・土は午後休診	8:30～12:00	2:00～6:00	
18	小堀クリニック (中野 2 丁目 2-2 ☎ 32-7146)	内科	月～金 土	8:30～12:15 8:30～12:30	2:30～6:00	
19	国立病院機構弘前病院 (富野町 1 ☎ 32-4311)	呼吸器科	月～金	8:30～11:00		
20	伊東内科・小児科クリニック (元長町 16 ☎ 32-0630)	内科	月～土 ※ 木は午後休診	9:00～12:00	2:00～6:00	
21	やまとクリニック 泌尿器科・内科 (高田 4 丁目 3-1 ☎ 88-8720)	泌尿器科	月～土 ※ 木・土は午後休診	8:30～11:30	3:00～5:00	
22	弘前市立病院 (大町 3 丁目 8-1 ☎ 34-3211)	内科	火		1:15～2:30	○
23	ふくだ脳神経・整形外科クリニック (早稲田 1 丁目 4-4 ☎ 27-5601)	内科	月～金 土	8:30～12:00 8:30～13:00	2:30～7:00	
24	城東こどもクリニック (城東北 4 丁目 4-20 ☎ 29-3111)		※ 詳細は、直接医療機関にお問い合わせください。			
25	場崎クリニック (代官町 86-2 ☎ 38-6600)	内科	月～土 ※ 水・土は午後休診	8:30～13:00	3:00～6:00	
26	津軽保健生活協同組合 健生クリニック (扇町 2 丁目 2-12 ☎ 55-7707)	内科	土	10:00～11:00		○
27	なんば耳鼻咽喉科 (高田 5 丁目 2-3 ☎ 55-8749)		※ 詳細は、直接医療機関にお問い合わせください。			
28	桔梗野こども・おとなクリニック (桔梗野 2 丁目 13-5 ☎ 38-3080)	内科	月～土 ※ 木・土は午後休診	8:30～11:00	2:00～5:00	○

健康相談・禁煙相談

「生活習慣病の予防」「禁煙したい」など、体の健康について、保健師や栄養士がいつでも相談に応じます。

相談を希望する場合は、弘前市保健センターへお問い合わせ下さい。

○問い合わせ先／弘前市保健センター TEL 37-3750

8:30～17:00（土・日・祝日・年末年始を除く）

こころの健康相談

「うつ」や「引きこもり」など、本人や家族のこころの悩みに、保健師が相談に応じます。一人で抱え込まずに、相談しましょう。家族をなくされた方の相談もお受けします。

相談を希望する方は、事前に電話でお申込みください。

●弘前市保健センター【受付時間】9:00～11:00【実施時間】9:00～12:00

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
日	9 (火)	7 (火)	11 (火)	9 (火)	6 (火)	10 (火)	8 (火)	12 (火)	10 (火)	7 (火)	4 (火)	10 (火)

○予約・問い合わせ先／弘前市保健センター TEL 37-3750

保健センター以外のこころの悩み相談窓口

相談窓口	受付時間	電話番号
弘前保健所*	8:30～17:15 <small>精神科医への相談は相談日が決まっており、事前の予約が必要です。</small>	0172-33-8521
青森県立精神保健福祉センター こころの電話*	9:00～16:00	017-787-3957 017-787-3958
NPO 法人 あおもりいのちの電話	12:00～21:00	0172-33-7830
青森県民のための 自殺予防フリーダイヤル	12:00～21:00 (毎月1日、1月のみ15日)	0120-063-556
「自殺予防いのちの電話」 日本いのちの電話連盟フリーダイヤル	8:00～翌朝8:00 (毎月10日)	0120-783-556
日本いのちの電話連盟 ナビダイヤル	10:00～22:00	0570-783-556
よりそいホットライン	24時間	0120-279-338

※土・日・祝日、年末年始を除きます

精神疾患の治療については、上記のほか、市内の精神科、心療内科でも相談ができます。

家庭での血圧測定について

(参考：日本高血圧学会 家庭血圧測定ガイドライン)

家庭で
血圧測定する
目的は

ふだんの血圧の状態を正確に知ること

昼の血圧が正常でも、早朝に血圧が高くなるなどの「仮面高血圧」が分かります

**脳卒中や心臓、
腎臓の病気の
発症を防ぐこと**

測定のタイミング

朝

- 起床後1時間以内
- トイレに行ったあと
- 朝食の前

夜

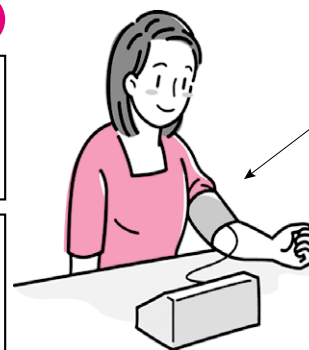
- 寝る直前
- 入浴や飲酒の直後は避ける

血圧計の選び方

上腕で測るタイプを選びましょう

測定する時のポイント

- いすに座って1～2分たってから測定する
- 腕帯は心臓と同じ高さで測定する
- 薄手のシャツ1枚なら着たままでよい



高血圧の診断基準	病院で測定	家庭で測定	正常血圧の基準値	家庭で測定
収縮期	140以上	135以上	収縮期	125未満
拡張期	90以上	85以上	拡張期	80未満

※ただし糖尿病や腎障害がある場合は、厳格な降圧目標が定められ、この基準は用いられません。

測定値は記録して、主治医に見てもらいましょう。家庭血圧を測ると、健康状態に関するさまざまな情報が得られます。

血圧を下げるためにできる生活習慣 (参考：高血圧治療ガイドライン2014)

- ★減塩（食塩摂取量6g/日未満）
- ★減量（BMI25未満）
- ★運動をする
- ★野菜・果物を積極的に食べる
- ★脂質の摂取を抑える
- ★節酒・禁煙

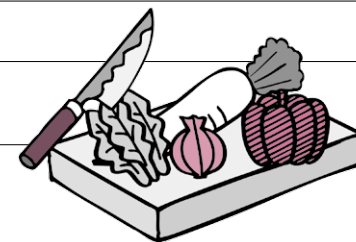
健康づくり推進課では、健康的な生活習慣・食生活に関する健康講座を行っています。お気軽にお問い合わせ下さい。

食生活改善推進員養成講座の実施について

食生活改善推進員は、食育や健康づくりの両面から、意識を高めていくことを目的に、市のイベントや地域の中で食のボランティア活動を続けています。

この講座では、健康な食事について正しい知識と技術を学び、市のイベントや地域での活動に参加できる食生活改善推進員を養成しています。平成31年度の実施予定は次のとおりです。お気軽にご参加ください。（※ 申込み方法など詳細については1月1日号広報ひろさきに掲載します。）

日 程	2月4日(火) 2月14日(金) 2月18日(火) 2月28日(金) (全4回)
場 所	弘前市保健センター（弘前市野田2丁目7-1 電話 37-3750 時間 9:30～15:30（但し初日のみ午後1時から4時まで）
内 容	生活習慣病予防・地区活動についての講義、調理実習、栄養価計算等
受講にかかる費用	テキスト代・食品成分表代
受講資格・その他	受講資格：全日程に参加でき、養成講座終了後ボランティア活動に参加できる市民の方 定員25名（託児室あり）
修了証書・食生活改善推進員辞令	全講座10単位（おおむね20時間）受講された方に交付いたします。



市民の健康まつり

と き：平成31年(2019年)7月14日(日)

と ころ：ヒロロ3F及び4F市民ホール
(弘前市駅前町9-20)

主 催：弘前市・(一社)弘前市医師会

共 催：(一社)弘前歯科医師会・(一社)弘前薬剤師会



各種相談、体験、検査コーナーなどたくさんのイベントがあります。

子どもからお年寄りまで楽しめますので、ご家族みなさんでご参加ください。

内容の詳細は、広報ひろさきや市ホームページなどでお知らせします。

小児慢性特定疾病児童等日常生活用具給付事業

- ①在宅の小児慢性特定疾病児童
- ②障害者総合支援法による施策の対象とならないかた

対象用具……便器、特殊マット、特殊便器、特殊寝台、歩行支援用具、入浴補助用具、特殊尿器、体位変換器、車いす、頭部保護帽、電気式たん吸引器、クールベスト、紫外線カットクリーム、ネブライザー（吸入器）、パルスオキシメーター、ストーマ装具（蓄便袋、蓄尿袋）、人工鼻
※ 用具ごとに給付対象者が定められています。詳しくは下記窓口にお問い合わせ下さい。

手続きの仕方／小児慢性特定疾病医療受給者証、診断書、印鑑、見積書、用具のカタログの写しをお持ちになっておいで下さい。世帯の課税状況に応じて利用者負担があります。

*** 詳しくは福祉政策課へお問い合わせ下さい。**

重度心身障害者医療費助成(重度医療)制度について

重度医療制度とは

障がい部分の治療かどうかに関係なく、障がい者が病院等で支払う自己負担分の医療費を助成する制度です。

対象者

☐ 身体障害者手帳 1・2 級及び内部障害 3 級（免疫機能障害、肝臓機能障害を除く）のかた

☐ 愛護手帳 A のかた

☐ 精神障害者保健福祉手帳 1 級のかた

※ ただし、次の事項に該当するかたは対象になりません。

- ・手帳の交付を受けた日又は等級変更時に 65 歳以上のかた
- ・本人又は同一世帯の人の所得が一定額以上のかた
- ・国民健康保険の所得区分が上位所得のかた
- ・65 歳以上で市民税課税世帯に属しているかた
- ・65 歳以上で後期高齢者医療制度に加入していないかた
- ・生活保護を受けているかた

手続きの仕方

障害者手帳、本人名義の通帳、印鑑、健康保険証をお持ちになって福祉政策課医療助成係までおいでください。なお、他市町村から転入された方については、前住所地の所得課税証明書（同一世帯に属するすべての人の証明書）が必要となります。

軽度・中等度難聴児補聴器購入費等助成事業

難聴を抱える児童に対し、言語の習得やコミュニケーション能力の向上を促進するため、補聴器購入費の一部を助成し、福祉の増進を図ることを目的としています。

対象者

両耳の聴力レベルが 30 デシベル以上 70 デシベル未満で、身体障害者手帳の交付対象にならないと医師の診断を受けている 18 歳未満のかた

手続きのしかた

指定の医師意見書（※）、見積書、印鑑をお持ちになって、福祉政策課障がい福祉係までおいで下さい。

※医師意見書を作成できる医師及び医療機関など、詳しくは福祉政策課までお問い合わせ下さい。

障害児福祉手当・特別障害者手当について

平成 31 年 4 月現在

	対 象	手当月額
障 害 児 福祉手当	在宅の重度心身障がい児で日常生活において常時介護を必要とする 20 歳未満のかた ◇ただし、次のかたは該当しません。 ・各種障害年金を受給しているかた ・施設に入所しているかた	14,790 円
特別障害者 手 当	在宅の著しい重度心身障がい者で日常生活において常時特別の介護を必要とする 20 歳以上のかた ◇ただし、次のかたは該当しません。 ・施設に入所しているかた ・3 ヶ月以上継続して入院しているかた	27,200 円

手続きの仕方

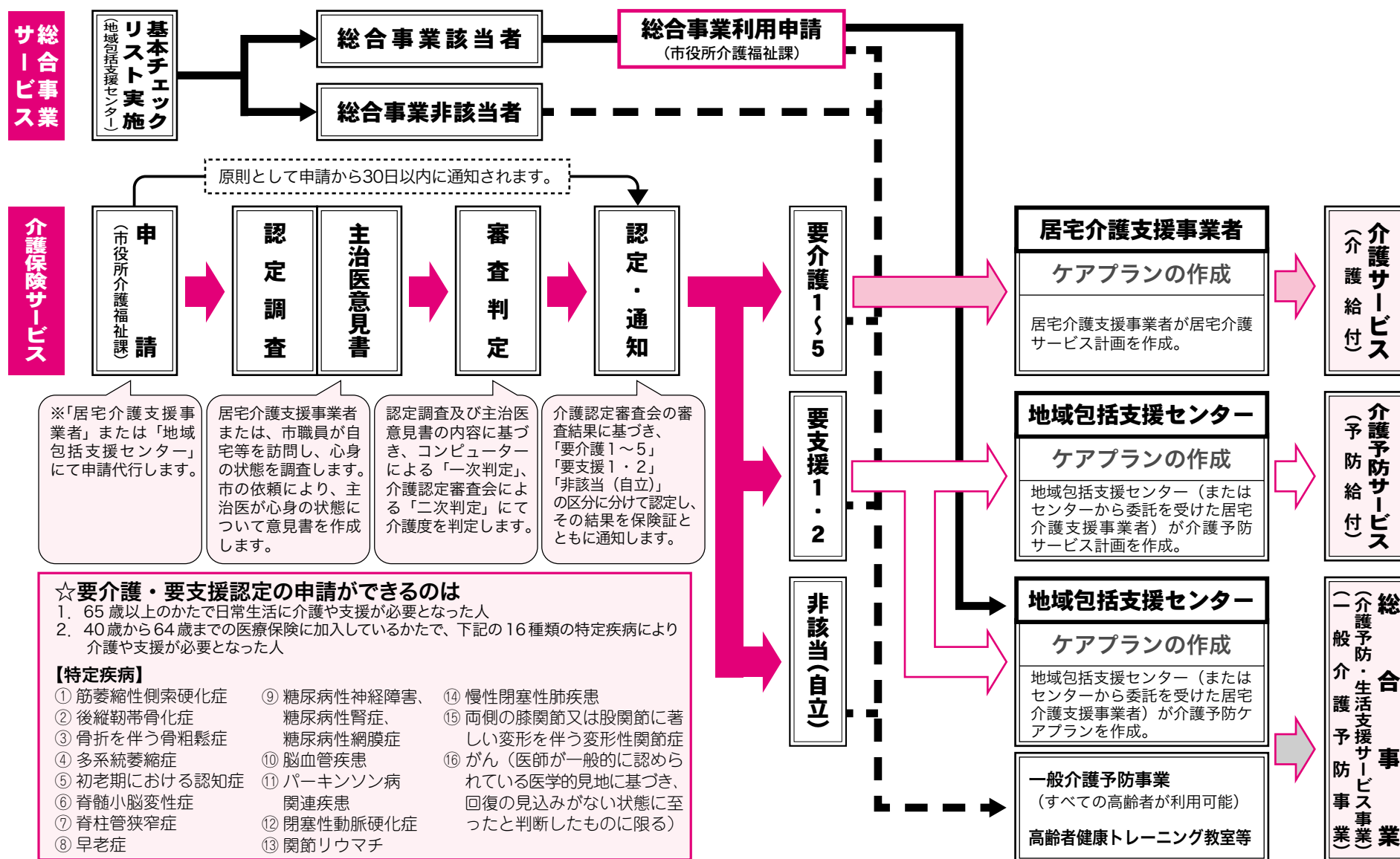
- ☐ 指定の診断書 ☐ 印鑑 ☐ 障害者手帳（お持ちのかた） ☐ 本人名義の通帳
- ☐ 年金証書及び受給額がわかるもの（受給されているかた）
- ☐ 前年分の所得課税証明書（申請する年の 1 月 1 日に弘前市に居住していない世帯員がいる場合）

をお持ちになって福祉政策課障がい福祉係までおいで下さい。

- * 本人、配偶者、扶養義務者の所得により支給されない場合があります。**
- * 2、5、8、11 月にそれぞれ前月分までが支給になります。**
- * 今後、手当月額が改定となる場合があります。**

●申請及び連絡先 福祉政策課 40 - 7036(直通)、又は各総合支所民生課

介護サービス及び総合事業サービスの利用手続きについて



※ 地域包括支援センターでは、介護に関する悩み、健康や福祉、生活などに関する高齢者の相談に応じておりますので、お気軽にご相談ください。

介護サービス・総合事業サービスと利用者負担減額制度について

※利用者負担額はかかった費用の通常1割～3割となります。また、通所サービスは食費等、施設サービスは、食費、居住費、日常生活に要する費用等が別途かかります。

○が総合事業のサービスになります。

●指定居宅(介護予防)・総合事業サービス

- ☆訪問介護(○) ☆訪問看護 ☆訪問入浴介護 ☆訪問リハビリ
- ☆通所介護(○) ☆通所リハビリ ☆短期入所生活介護 ☆短期入所療養介護
- ☆居宅療養管理指導 ☆福祉用具貸与 ☆特定福祉用具販売 ☆住宅改修
- ☆特定施設入居者生活介護 ○通所型サービスC ○地域型デイサービス
- 生活支援サービス ○生きがい型デイサービス

●指定地域密着型(介護予防)サービス

- ★認知症対応型通所介護
 - ★認知症対応型共同生活介護
 - ★地域密着型通所介護
 - ★小規模多機能型居宅介護
- (★は、市内の事業所を利用することになります。)

●指定施設サービス等

- ☆指定介護老人福祉施設サービス(※)
 - ☆介護老人保健施設サービス
 - ☆指定介護療養型医療施設サービス
 - ☆介護医療院サービス
- ※原則として要介護3～5の方が利用できます。

○利用者負担段階

利用者負担段階	対 象 者
第1段階	・世帯全員が市町村民税非課税で、高齢福祉年金を受給している方 ・生活保護を受けている方
第2段階	・世帯全員が市町村民税非課税で、本人の合計所得金額と課税年金収入額の合計が80万円以下の方
第3段階	・世帯全員が市町村民税非課税で、第1段階または第2段階に該当しない方
第4段階	・本人が市町村民税非課税で、世帯の中に市町村民税課税者がいる方 ・本人が市町村民税を課税されている方

○高額介護サービス費等の支給

世帯内で1か月に支払った利用者負担額の合計が、利用者負担段階に応じた上限額(下表)を超えた場合は、申請により超えた分を払い戻します。

利用者負担段階	利用負担額の上限額(食費・居住費等を除く)
第1段階・第2段階	1か月15,000円(第2段階の世帯負担の上限額24,600円)
第3段階	1か月24,600円
第4段階(※1)・現役並み所得者(※2)	1か月44,000円

※1 同じ世帯のすべての65歳以上の方(サービスを利用していない方を含む。)の利用者負担割合が1割のみの世帯には、平成29年8月からの3年間に限り、年間上限額446,400円(37,200円×12か月)が設定されます。

※2 同じ世帯に課税所得145万円以上の65歳以上の方がいて、65歳以上の方の収入が単身の場合383万円以上、2人以上の場合520万円以上ある世帯の方

○高額医療・高額介護等合算制度

世帯内で国民健康保険など同じ医療保険に加入し、医療保険と介護サービスの両方を利用した際に、医療費と介護サービス費の1年間(8月から翌年7月)の自己負担額(食費・居住費等を除く)の合計額が所得に応じた限度額を超えた場合、申請により自己負担の一部を支給します。

医療費と介護サービス費の自己負担合算後の限度額(年額)

区 分	後期高齢者医療保険 介護保険	医療保険 介護保険(70歳～74歳がいる世帯)	区 分	医療保険 介護保険(70歳未満がいる世帯)
現役並み所得者			(国 保)基準総所得金額 901万円超 (国保以外)標準報酬月額 83万円	212万円
(課税所得 690万円以上の方)		212万円	(国 保)基準総所得金額 601万円～900万円 (国保以外)標準報酬月額 53万円～79万円	141万円
(課税所得 380万円以上の方)		141万円	(国 保)基準総所得金額 211万円～600万円 (国保以外)標準報酬月額 28万円～50万円	67万円
(課税所得 145万円以上の方)		67万円	(国 保)基準総所得金額 210万円以下 (国保以外)標準報酬月額 26万円以下	60万円
一 般 (市町村民税課税世帯の方)		56万円	市町村民税非課税世帯	34万円
市町村民税非課税世帯		31万円		
世帯の各収入から必要経費・ 控除を差し引いたときに所得 が0円になる方(年金収入の みの場合、80万円以下の方)		19万円		

▽「世帯」は医療保険の世帯になります。

○社会福祉法人による利用者負担の軽減

介護保険法に基づく訪問介護・通所介護・認知症対応型通所介護・地域密着型通所介護・小規模多機能型居宅介護・短期入所生活介護・特別養護老人ホーム入所等が対象で、社会福祉法人の負担により利用者負担が3/4となります。

生活保護受給者については、個室の居住費の全額が軽減の対象となります。

○施設利用者の食費・居住費

利用者負担段階が第1～3段階の方は下表のとおり食費・居住費の軽減がうけられます。軽減を受けるためには申請書の提出が必要です。

注1. 本人及び世帯が市町村民税非課税であっても、別世帯にいる配偶者が市町村民税課税である場合、または預貯金等が一定額(単身1,000万円、夫婦2,000万円)を超えた場合は該当しません。

注2. 負担段階の決定については、非課税年金(遺族年金・障害年金)も収入として算定します。

(日額・円)

利用者負担段階	施設区分 居室区分	介護老人福祉施設 短期入所生活介護		介護老人保健施設 介護療養型医療施設 短期入所療養介護 介護医療院	
		居住費	食 費	居住費	食 費
第1段階	ユニット型個室	820	300	820	300
	ユニット型個室的多床室	490		490	
	従来型個室	320		490	
	多床室	0		0	
第2段階	ユニット型個室	820	390	820	390
	ユニット型個室的多床室	490		490	
	従来型個室	420		490	
	多床室	370		370	
第3段階	ユニット型個室	1,310	650	1,310	650
	ユニット型個室的多床室	1,310		1,310	
	従来型個室	820		1,310	
	多床室	370		370	
第4段階	ユニット型個室	1,970	1,380	1,970	1,380
	ユニット型個室的多床室	1,640		1,640	
	従来型個室	1,150		1,640	
	多床室	840		370	
	第4段階の金額は、基準金額であり、実際は施設との契約で決まります。				

お問い合わせは 介護福祉課介護給付係へ 40-7071(直通)

65 歳以上の方の介護保険料とその納め方

介護を社会全体で支えるための仕組みとして、介護保険制度は 40 歳以上の方の保険料と公費（税金）で運営されています。保険料は「40 歳から 64 歳までの方」と「65 歳以上の方」とでは、算定方法と納め方が異なります。

65 歳以上の方（第 1 号被保険者）

お 問 い
合 わ せ は

介護福祉課 介護保険料係 40-7049 (直通)
岩木総合支所 民生課 健康福祉係 82-3111 内線 655
相馬総合支所 民生課 健康福祉係 84-2111 内線 810

◎保険料の納め方 特別徴収と普通徴収の 2 通りに分かります。

特別徴収…年金の年額が 18 万円以上の方は、年金から天引きされます。65 歳になる方や転入に伴い資格を取得された方は、年金からの天引きが開始されるまで 6 か月から 1 年程度かかります。（下記「※ 注 1～注 3」参照）

普通徴収…年金の年額が 18 万円に満たない方や無年金の方などは、納入通知書に記載されている金融機関等で納めてください。口座振替（自動払込）もできます。

※ 注 1 年金の支払者（厚生労働省・共済組合）と情報交換をするため、特別徴収が開始されるまでは納付書等で納めていただきます。

※ 注 2 保険料の変更や年金差止めがあった場合、年金からの天引きのほかに納付書等で納めていただくことがあります。

※ 注 3 介護保険料の納め方は法令で決められており、徴収方法は選択制とはなっていません。

◎保険料の額（平成 30 年度から 3 年度分）

弘前市が定めた基準額（※）をもとに、収入（所得）や世帯員の市町村民税課税状況（その年度の 4 月 1 日現在）等によって決まります。

※ 基準額とは、弘前市が 3 年間に見込んだ介護サービス等に要する費用のうち、65 歳以上の方が負担すべき分（費用の約 23%）を人数で割った額です。

平成 30 年度から 3 年度分の保険料の額は、市ホームページの介護保健福祉ガイドブックに掲載されますので、ご確認ください。

介護保険料は、6 月に決定される市町村民税の課税状況等をもとにして、7 月にその年度の保険料額が決定されます。以前より年金から天引きされている方は、特に通知がない限り 4 月、6 月、8 月は 2 月と同じ額を徴収し、10 月、12 月、2 月に残りの分を徴収することになっています。

40 歳から 64 歳までの方（第 2 号被保険者）

お問い合わせは

各医療保険者へ

◎保険料の納め方 医療保険の保険料として一括して納めます。

◎保険料の額 計算の仕方や額は、加入している医療保険によって異なります。

健康保険
共済組合などに
加入している場合

- ①保険料は給料に応じて異なります。
- ②保険料の半分は事業主が負担します。
- ③被扶養者の分は、加入している医療保険の被保険者が皆で負担するので、別に保険料を納める必要はありません。

国民健康保険に
加入している
場合

- ①保険料は所得等に応じて異なります。
- ②保険料と同額の国庫負担があります。
- ③世帯主が、世帯員の分も負担します。

災害などによる各種減免について

災害などにより著しい損害や減収があった場合、介護保険料や介護サービスを利用したときの利用料がその被害程度により減免できます。また、低収入のため生活が困窮し介護保険料を納めることが困難な方についても、保険料が減免される場合があります。

(1) 災害等による減免理由	損 害 ・ 減 収 の 程 度	減免の割合	
		保険料	利用料
1. 災害などにより住宅、家財の著しい損害があったこと 2. 生計中心者が、死亡したこと又は心身に重大な障害を受け、若しくは長期入院により著しく収入が減少したこと 3. 生計中心者の収入が、事業の休廃止、事業における著しい損失、失業などにより著しく減少したこと 4. 生計中心者の収入が、干ばつ、冷害、凍霜害などによる農作物の不作、不漁により著しく減少したこと 5. 第1号被保険者が、刑事施設、労役場その他これらに準ずる施設に拘禁されたこと	◎減免理由1の場合		
	前年所得が500万円以下の方で損害程度	3割以上5割未満	3割
	〃	5割以上	7割
	前年所得が750万円以下の方で損害程度	3割以上5割未満	2割
	〃	5割以上	5割
	前年所得が750万円を超える方で損害程度	3割以上5割未満	1割
	〃	5割以上	2割
	◎減免理由2、3、4の場合		
	前年に比べ当該年の所得が2割未満のとき	7割	7割
	〃	5割	5割
	〃	2割	2割
	※上記の所得とは、第1号被保険者又はその世帯の生計中心者の合計所得金額（保険などで補てんされる分についても含む。）のことを示します。		
	◎減免理由5の場合	10割	

(2) 生活困窮による減免（保険料のみ）	減免の収入基準及び割合									
<div>1. 保険料が第1段階の人（生活保護受給者以外の人）又は第2段階及び第3段階の人（世帯の全員が市町村民税非課税）</div> <div>2. 世帯の前年収入の合計額及び申請した月を含む前3ヶ月の世帯収入金額が、生活保護基準相当額以下（生活保護基準により変動する場合があります。）</div> <div>3. 市町村民税課税者と生計を共にしていない</div> <div>4. 本人などが住居用以外に処分可能な土地、家屋等を所有していない</div> <div>5. 本人などが所有する預貯金などの合計額が、その世帯の生活保護基準相当額の2分の1以下</div> <div>※ 以上の要件すべてに該当する方が対象となります。</div>	<div>※下記に掲載している世帯の収入基準は単身の場合であり、世帯員が1人増すごとに44万円（世帯員加算額）を加算した額となります。また、住居が持ち家でない場合は月額3万円等（住居加算額）も加算します。</div> <table><tr><th>保険料段階 世帯の前年収入</th><th>保険料第1段階の人</th><th>保険料第2段階及び 第3段階の人</th></tr><tr><td>41万円未満の人</td><td>第1段階の半額</td><td>第1段階の半額</td></tr><tr><td>41万円以上89万円未満の人</td><td>減免対象外</td><td>第1段階の額</td></tr></table> <div>なお、上記金額は法の改正等により変更される場合があります。</div>	保険料段階 世帯の前年収入	保険料第1段階の人	保険料第2段階及び 第3段階の人	41万円未満の人	第1段階の半額	第1段階の半額	41万円以上89万円未満の人	減免対象外	第1段階の額
保険料段階 世帯の前年収入	保険料第1段階の人	保険料第2段階及び 第3段階の人								
41万円未満の人	第1段階の半額	第1段階の半額								
41万円以上89万円未満の人	減免対象外	第1段階の額								
◎備考 減免の対象となるのは、申請日以降の当該年度の保険料及び利用料です。いずれの減免についても、申請書の提出が必要です。										

お 問 い 合 わ せ 先

介護福祉課介護保険料係 40-7049（直通）／ 岩木総合支所民生課健康福祉係 82-3111 内線 655 相馬総合支所民生課健康福祉係 84-2111 内線 810

弘前市急患診療所案内(小児救急医療)

弘前市急患診療所では、平成18年1月10日津軽地域小児救急医療体制の開始により、急病のお子さんを毎日小児科専門医が診察します。

場 所 弘前市野田二丁目7-1

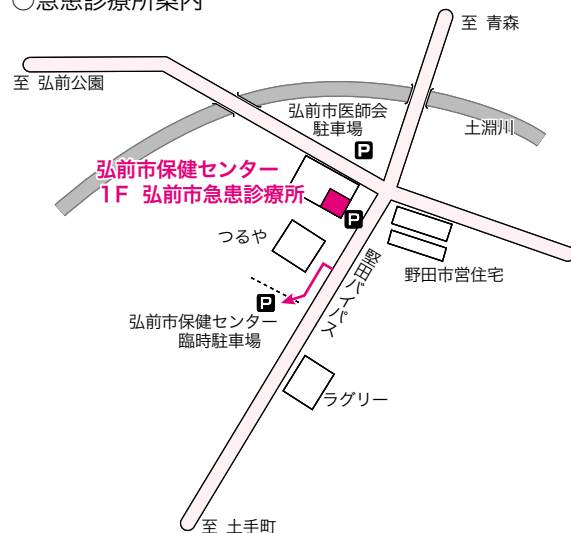
(弘前市保健センター1階、電話34-1131)

受 付 夜 間：午後7時～午後10時30分(年中無休)

休 日：午前10時～午後4時、午後7時～午後10時30分
(日曜、祝日、8月13日、12月31日～1月3日)

- (1) 夜間・休日ともに医師会または弘前大学医学部附属病院の小児科医師が診察します。
- (2) 小児科の病気が対象となります。外傷など外科治療が必要な患者さんには対応できません。ただし、休日の午前10時から午後4時までは、同所の外科で診療できます。
- (3) お薬は、院外処方せんにより調剤薬局でお願いします。
- (4) 受付時間に間に合わない時や受付時間外の時間帯は、弘前市急患診療所または弘前消防本部(救急病院案内電話)へお電話して下さい。
- (5) 診察の結果、さらに検査や治療が必要となった場合は二次輪番当番病院小児科へ紹介します。二次輪番当番病院がお住まいの地域から遠方になる場合もありますが、ご協力のほど、よろしくお願いします。

○急患診療所案内



○小児救急二次輪番病院案内



小児救急二次輪番病院案内

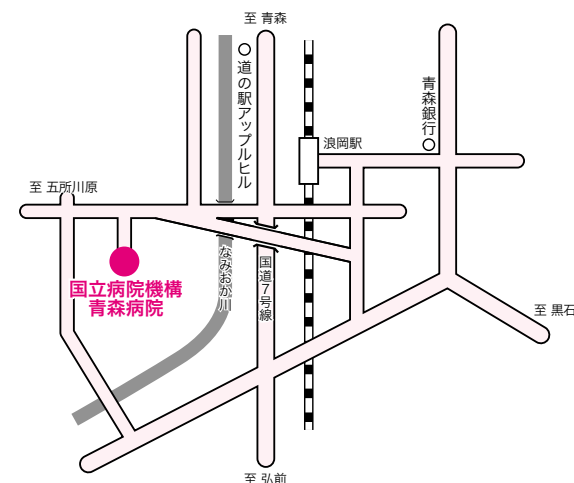
小児救急二次輪番病院では以下のようなお子さんを診察します。

- ・ 弘前市急患診療所で診察の結果、さらに検査や治療が必要なお子さん
- ・ 弘前市急患診療所受付時間外の時間帯に病気になったお子さん

(1) 小児救急二次輪番病院は、以下の病院が一カ所ずつ毎日交替で担当します。

担当病院(輪番制)	電 話	住 所
弘前市立病院	34-3211	弘前市大町三丁目8-1
国立病院機構弘前病院	32-4311	弘前市富野町1
健生病院	55-7717	弘前市扇町二丁目2-2
国立病院機構青森病院	62-4055	青森市浪岡大字女鹿沢字平野155

(2) 当日担当の小児救急二次輪番病院は、弘前消防本部(電話32-3999)にお問い合わせください。



津軽地域小児救急医療体制の案内



お子さんが夜間や休日に病気になったら……

弘前市急患診療所
受付時間内

弘前市急患診療所
受付時間外

弘前市急患診療所を受診

弘前消防本部へ電話し小児当番病院を確認

症状が軽い時

症状が重い時

投薬・処置

小児当番病院へ紹介

小児当番病院を受診

受診の前に、
まず電話しましょう

高度医療が必要な時

高度医療が必要な時

入院治療

投薬・処置
または入院治療

弘前大学医学部附属病院へ紹介

こども救急電話相談

すぐ受診させた方が良いのか、様子をみても大丈夫なのか、不安なとき、経験豊富な看護師がアドバイスします。

- ・携帯電話・プッシュ回線の電話から「局番なしの#8000」
- ・ダイヤル回線の電話・公衆電話からは、017-722-1152
- ・相談日時……平日：午後7時～翌朝8時まで、土曜日：午後1時～翌朝8時まで、日曜・祝日：午前8時～翌朝8時まで
- ※8/13、12/29～1/3は日曜・祝日同様の対応となります。

1

お子さんが
急な病気で、
心配なとき…



2

局番なしの
#8000または、
017-722-1152



3

看護師が
電話で相談に
応じます

※ただし、治療行為ではありません。



おかあさんのための救急&予防サイト

こどもの救急

<http://kodomo-qq.jp>

スマートフォン、タブレット
端末からもアクセスできます。



お問い合わせ：017-734-9287 青森県医療薬務課

弘前市急患診療所

弘前市保健センター内（野田二丁目）

電話 34-1131

◎夜 間（年中無休）

診療受付時間 午後7時00分～午後10時30分

診療科目 内科・小児科

◎日 中（毎日曜日・祝日・8月13日・12月31日と1月1日～3日）

診療受付時間 午前10時～午後4時

診療科目 内科・小児科・外科

- (1) お薬は、院外処方せんにより調剤薬局でお願いします。
- (2) 受付時間に間に合わない時や受付時間外の時間帯は、弘前市急患診療所または弘前消防本部（救急病院案内電話）へお電話して下さい。
- (3) 診察の結果、さらに検査や治療が必要となった場合は二次輪番当番病院へ紹介します。

休日在宅当番医院（歯科・眼科・耳鼻咽喉科・内科）

休日における歯科など、特定の診療科目の急病にそなえ、休日在宅当番医院を決めています。

当番日や当番医院はインターネット・携帯電話でもご覧いただけます。

弘前市医師会ホームページ（歯科以外） <http://www.hirosaki.aomori.med.or.jp/>

弘前歯科医師会ホームページ（歯科当番のみ） <http://www.hirosaki.or.jp/>

診療日 歯科 毎日曜日、祝日及び年末年始（12月31日～1月3日）
眼科・耳鼻咽喉科 4週に1度の日曜日
内科 毎日曜日

診療時間 午前10時～午後4時（歯科・眼科・耳鼻咽喉科）
午前9時～正午（内科）

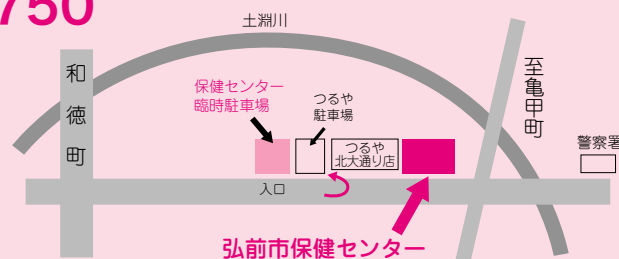
内科・外科・小児科の当番病院に関する消防本部へのお問い合わせは、

電話 32-3999（救急病院案内専用）へ

弘前市保健センター

住所 弘前市大字野田二丁目7-1

電話 **37-3750**



発行・弘前市健康福祉部 健康づくり推進課

〒036-8711 弘前市大字野田二丁目7-1 TEL37-3750

平成31年3月