



集団健診・検診(10/16～11/15の日程)

申込み・問合せ先 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

感染症の発生状況により、集団健診・検診、各医療機関における個別健診・検診については、実施を見合わせる場合や人数を制限する場合がありますのでご了承ください。また、受診の際はマスクの着用をお願いします。

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	10/17(日)女性のみ・26(火)・28(木)・31(日)、11/1(月)・8(月)午前のみ・12(金)・13(土) 午前の部 8:30～9:30 午後の部 12:30～13:30
荒川市民センター	11/2(火) 午前の部 8:30～9:30 午後の部 12:30～13:30
古川市民センター	11/4(木) 午前の部 8:00～9:00 午後の部 12:30～13:30
油川市民センター ※内履き持参	11/9(火) 午前の部 9:00～10:00 午後の部 12:30～13:30

申込方法

希望日の2週間前までに、次の方法でお申込みください。ただし、予約状況によって締め切る場合があります。

- 電話
- 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、上記申込み先へ

●市ホームページ…



各種健診・検診
申込みフォーム

◎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。

健康診査

健診・検診名	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等		
若年健康診査	30～39歳☆の青森市国保加入者		

がん検診など

	対象	青森市国保加入者		受付時間
		無料※1	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	
前立腺がん検診	50歳★の男性	510円	1,020円	
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	
骨粗しょう症検診※4	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・42・44・46・48歳★	1,320円	1,320円	午前の部

☆…R3.4.1～R4.3.31に誕生日を迎える年齢

★…R3.4.2～R4.4.1に誕生日を迎える年齢

※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(青森市国保加入者は1,620円、加入者以外のかたは3,250円)。また、令和2年度に市の胃内視鏡検査を受診したかたは、令和3年度の市の胃がん検診は受診できません。

※4…青森県総合健診センターのみで実施

個別健診・検診は指定医療機関で受診できます。直接、医療機関に予約してください(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)。

肺がん検診・結核健診の巡回バス日程

☎事前予約不要、健康保険被保険者証持参で会場へ

検診日	受付時間	場所
10/27(水)	9:30～10:00	市営奥野団地集会所前
	10:30～11:30	生協あじさい館駐車場
	13:00～13:30	合浦デイサービスセンター前



健康づくり推進課 健診・検診受付スタッフ

体力測定してみませんか？

家で過ごす時間が多くなり、体力の衰えを感じているかたも多いのではないのでしょうか。簡単にできる筋力測定や、立つ・歩く・座る力の測定などで、自身の体力の状態を確認してみませんか？いつまでも元気に暮らすため、今後の生活習慣について一緒に考えましょう！

☎9月30日(木) 10:00~12:00

所 八重田会館 (八重田二丁目10-7)

対 入料 65歳以上のかた20人(申込順) / 無料

申 込 9月28日(火)までに、住所・氏名・年齢・電話番号を、電話・FAX・Eメールで、青森市地域包括支援センターみちのく(☎017-765-0892、☒017-765-0839、✉qqfa28d9n@citrus.ocn.ne.jp)へ

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。※年度中に助成を受けられるのは、一日人間ドック・脳ドックのいずれか一つです

所 市が委託する医療機関(お問合せください)

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保険制度に加入しているかたで、市税に未納がないかた

料 検査料金の3割相当額(自己負担額上限11,000円)

申 込 事前に、国保医療年金課(☎017-734-5343)、浪岡振興部健康福祉課(☎0172-62-1153)へ

詳しくはお問合せください



国保医療年金課 芹川・宮本

健康に関するイベント・講座のお知らせ

各イベント・講座の詳細は、市ホームページでご確認いただくか、各問合せ先へご確認ください。

イベント・講座名	日時・人員	開催場所	備考・申込み・問合せ
体力づくり講座・健康C&C(Check&Challenge) in西部市民センター ①椅子に座ってできる筋力トレーニング及び健康体操 ②血管年齢や握力測定等の健康・体力チェック、生活習慣病予防の健康相談	10/13(水) 10:00~11:30 25人(申込順)	西部市民センター3階	①、②両方またはどちらか1つの申込み可 10/12(火)までに健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ
あおり健康づくりリーダーと健康チャレンジ! 中央地区リーダー企画口コトレ講座	10/14(木) 10:00~11:30 20人(申込順)	市民室内プール2階 研修室	タオル・飲み物・内履き・ヨガマット持参、運動しやすい服装で 10/8(金)までに健康づくり推進課(☎017-718-2912)へ

変異株ウイルスにも要注意！ ワクチン接種後も感染予防を！

ワクチン接種を受けたかたは、新型コロナウイルス感染症の発症を予防できると期待されていますが、すぐに、多くのかたがワクチン接種を受けられるわけではなく、接種を受けたかたと受けていないかたがともに社会生活を営んでいくこととなります。

特に、感染力が強く、重症化しやすい変異株ウイルスには注意が必要です。

☎感染症対策課(☎017-765-5282)

感染予防対策としてゼロ密を目指そう！

～一つの密でも避けましょう～

密接しない

- × マスクなし
- × 大声

密集しない

- × 大人数
- × 近距離

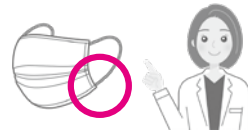
密閉しない

- × 換気が悪い
- × 狭いところ

不織布マスクがおすすめです！

不織布マスク(使い捨てマスク)は、ポリウレタンや布等、他素材のマスクより、空中に浮いている微粒子の通過を阻止する効果が高いことが分かっています。※不織布マスクも総使用時間が12時間を超えると劣化が始まります。

(仙台医療センターウイルスセンター長 西村秀一博士より改編)



いずれの講座もマスクの着用をお願いします

