



## ご利用ください 青森市認知症ケアパス

認知症ケアパスとは、認知症の状態に応じ、どこで、どのような医療や介護サービスなどを受けられるのか、認知症支援の流れを示すガイドブックです。市ホームページに掲載していますので、ご活用ください。

認知症についての相談は、お住いの地域を担当している地域包括支援センターへお気軽にご相談ください。

☎高齢者支援課 (☎017-734-5206)



◀青森市認知症ケアパス  
はこちら



(市ホームページ)

高齢者支援課 スタッフ



## O-157などの腸管出血性 大腸菌感染症にご注意を

O-157などの腸管出血性大腸菌による感染症は、夏季に多く発生します。多くの場合、3～8日の潜伏期間後、激しい腹痛を伴う水のような便が続いた後、血便が見られます。合併症をおこす恐れもありますので、次のことに注意し、感染を防ぎましょう。

- 帰宅時、調理前、食事前、用便後などには石けんを使用し、しっかりと手洗いをする
- 食肉は、中心部まで十分に加熱する
- 生肉に触れた箸と食べる箸は別にする
- まな板やふきんは、使用のたびにしっかりと洗い、熱湯や塩素系漂白剤で消毒する

※消毒は「逆性石けん」「消毒用エタノール」「塩素系漂白剤」等を使用する。または80℃以上の熱湯に10分以上つけおきます。

☎感染症について…感染症対策課 (☎017-765-5282)

食中毒について…生活衛生課 (☎017-765-5293)



## 特定健康診査・特定保健指導 を利用しましょう

40歳から74歳までの青森市国民健康保険加入者を対象に、メタボリックシンドロームに着目した「特定健康診査」を、1年に1回無料で実施しています(受診券は4月末に送付済)。受診の結果、生活習慣病の予防と改善が期待できるかたには、個人に合わせた健康づくりの支援を行う「特定保健指導」の利用券と利用案内を送付しています。この機会にぜひ、生活習慣病の予防・改善に取り組みましょう。

青森市国民健康保険以外のかたは、ご加入の各医療保険者へお問合せください。

☎国保医療年金課 (☎017-734-5343)

健康づくり推進課 (☎017-718-2941)

浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114)



## 青森市ファミリー・サポート・ センターを利用しませんか

青森市ファミリー・サポート・センターは、概ね6か月から小学6年生までの子どもを預けたい人(利用会員)と預かる人(サポート会員)のネットワークを作り、地域のみinnで子育てを支えあう会員組織です。利用会員は保護者の就労に関わらず登録できます。お気軽にご利用ください!

【サポート内容】保育所等の開始前・終了後の預かりや送迎、買い物など外出時の預かり、病児・病後児の預かりなど

☎利用には事前の会員登録が必要です。

☎青森市ファミリー・サポート・センター

(☎0120-916-800(フリーダイヤル))

月～金曜日受付 8:30～17:00

※祝日・年末年始除く)へ



## ヒトパピローマウイルス感染症 予防接種のお知らせ

ヒトパピローマウイルス感染症予防接種(子宮けいがん予防ワクチン)は、国では積極的勧奨を差し控えています。対象のかたが接種を希望する場合は、定期接種として接種することができます。

ワクチン接種を検討・希望する場合は、厚生労働省ホームページをご確認ください。

★対象年齢…小学6年生～高校1年生相当の女子  
(令和3年度は平成17年4月2日～平成22年4月1日生まれ)

★接種回数/費用…3回/無料

★接種場所…青森市予防接種指定医療機関(要予約)

★持ち物…母子健康手帳、予診票(医療機関備付け)

★標準的な接種間隔・期間等

中学1年生に相当する女子

①2価ワクチン…1か月の間隔をにおいて2回接種後、1回目から6か月以上の間隔をにおいて1回接種

②4価ワクチン…2か月の間隔をにおいて2回接種後、1回目から6か月以上の間隔をにおいて1回接種

☎あおもり親子はぐくみプラザ (☎017-718-2986)、浪岡振興部健康福祉課 (☎0172-62-1114)

掲載のものには申込順(一部除く) ほかは当日直接会場へ  
掲載のないものは無料  
※掲載の内容は6月21日時点の情報をもとに作成しています。



# 情報ひろば

Information Plaza



イベント等は中止・延期・変更となる場合があります。最新情報は、各お問合せ先にご確認ください。

## 海開き情報

### 合浦海水浴場オープン!

時 7月22日(木)～8月23日(月) 9:00～16:30  
〒青森市文化観光振興財団 (☎017-773-7305)

### 常設シャワー棟の利用について

- ・同時利用人数は男女別で大人5人まで
- ・利用時間は9:00～16:00。定期的に消毒作業があり、その間は利用できませんのでご協力をお願いします。

### 注意事項

合浦公園及び海水浴場内での飲食禁止(水分補給を除く)

#### ご注意ください!

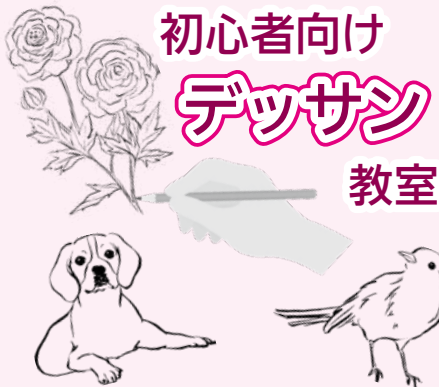
油川ふるさと海岸海水浴場は開設しません  
〒油川連合町会(葛西、☎080-3724-4495)

### サンセットビーチあさむし海開き♪

時 7月22日(木)～8月22日(日)  
9:00～16:30  
〒浅虫温泉観光協会(☎017-752-3250)

### 注意事項

- ・バーベキューや飲酒の禁止
- ・更衣室の使用禁止  
(屋外に仮設の女子用更衣室を設置予定)
- ・シャワー室・ロッカー室の使用禁止  
(屋外に仮設の手洗い場を設置予定)
- ・キャンプ禁止
- ・売店の出店ははありません
- ・海水浴場付近では許可のない水上バイクの運転禁止
- ・浮島の設置はありません
- ・ごみは各自持ち帰りましょう



## 初心者向け

## デッサン

## 教室

子どもから大人まで大歓迎! デッサンの基礎を学んでみませんか?  
樋口信雄さん(日本水彩画会・青森支部会員)があなたの「描きたい」  
を応援します♪ この機会にチャレンジしてみませんか?

時 7月31日(土) 9:30～12:00

備 飲み物、えんぴつ(2B)、画用紙、筆記用具持参

〒7月26日(月)までに、住所・氏名・年齢・電話番号を、はがき・EメールまたはFAXで、〒038-0012 柳川二丁目4-37 森林博物館へ  
※申込後の連絡はありませんので、直接森林博物館へお越しください。

所 青森市森林博物館(☎017-766-7800、☎017-766-7803、✉info@aomori-shi.shinrinhakubutsukan.jp)

## 広報紙をアプリやインターネットで配信しています!

〒広報広聴課(☎017-734-5106)

手軽に「広報あおもり」や「あおもり市議会だより」を読んでいただくために、スマートフォンやタブレット端末、パソコンなどでデジタル配信を行っています。アプリ「マチイロ」とインターネットサービス「マイ広報紙」で掲載中です。「マイ広報紙」は広報あおもりのみ) どちらも無料でご利用いただけますので、ぜひご活用ください。(通信料は利用者負担)  
※広告などが表示されますが、その内容に青森市は一切関係がありません。