



救急医療施設を適正に利用しましょう

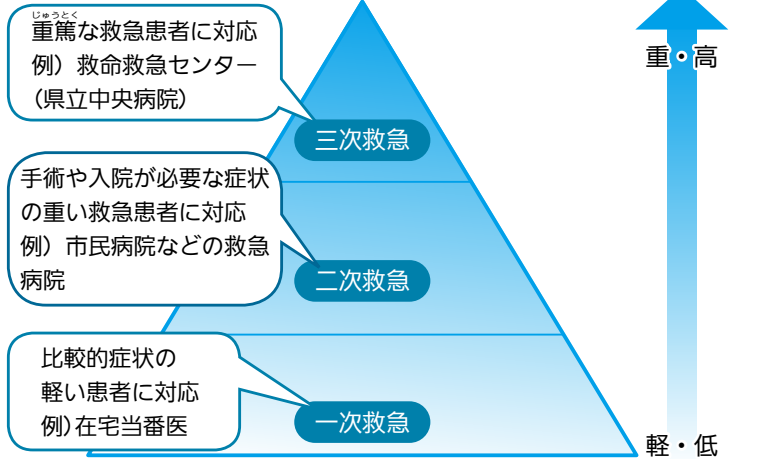
圏保健予防課 (☎017-734-5770)

全国的な医師不足によって、青森市でも十分な救急医療体制をとることが困難な状況にあります。このような中、症状の重い救急患者に対応すべき救命救急センター（県立中央病院）や救急病院などに、緊急性の低い・軽い症状で来院するかたや、自身の都合で休日や夜間にコンビニ感覚的に利用するかたが見受けられ、救急医療体制の維持に支障を来しています。

救命救急医療を必要とする人が適切な治療を受けられるよう、救急医療施設の正しい利用に、ご理解とご協力をお願いします。



青森市の救急医療体制



昼間は仕事が忙しい...
夜の病院は混んでいるから...
夜もやっているし、空いている...



そうだ！土日・夜間に救急病院へ行こう!!

市民の安心・安全のための
救急医療体制の
維持が困難に



重症患者への対応遅れ



医師やスタッフの負担増

※うまく歩けない・ろれつが回らない場合は脳卒中の疑いがあります。このような症状があるときや、重大な病気やけがの可能性があるときは、ためらわず救急車を呼んでください。



「はたちの記念」に献血をしてみませんか？

「その一歩が、だれかの一生になる。 はたちの献血」

(令和6年厚生労働省「はたちの献血」キャンペーンキャッチフレーズ)

1/1～2/29は、はたちの献血キャンペーンです。献血は、常設の献血ルームや企業・学校・ショッピングセンターなどを巡回している献血バスでもできます。また、献血Web会員サービス「ラブラッド」では、お近くの献血ルームなど献血会場（一部除く）のWeb予約が可能です。詳しくは、青森県赤十字血液センターホームページでご確認ください。

圏青森県赤十字血液センター (☎017-741-1512、🌐<https://www.bs.jrc.or.jp/th/aomori/>)

献血は、誰かのいのちを救うチャンスになります。ご協力をお願いします！



けんけつちゃん

詳しくはこちら▶



「香害」と「化学物質過敏症」についてご存じですか？

◆「香害」とは？

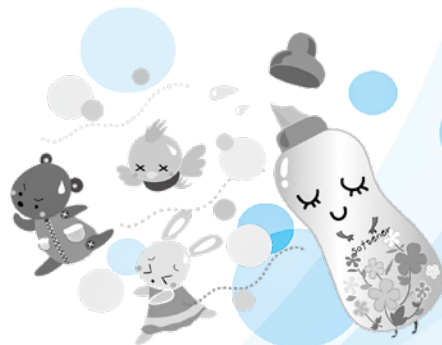
合成洗剤や柔軟剤、化粧品などの合成香料（化学物質）のにおいによって、様々な健康被害が生じることを言います。近年では、この合成香料から「化学物質過敏症」が誘発されるとも言われています。

◆「化学物質過敏症」とは？

微量の化学物質に敏感に反応し、健康に影響を及ぼす症状が発生するものです。代表的な症状としては、頭痛、全身倦怠感、不眠、便秘、動悸、めまいなどが見られ、その反応は個人差が大きく、重症になると、仕事や家事ができない、学校へ行けないなど、通常の生活さえ営めなくなることもあります。確実な治療方法や予防方法は分かっていませんが、原因となる化学物質を避けることが有効な対処法であると言われています。

◆「ご理解とご配慮をお願いします」

自分にとって快適なお臭が必ずしも他の人にも快適に感じるとは限りません。不快に感じたり、体調を崩したりする人がいます。香害は苦しんでいる人だけでは避けられないため、周りの理解と協力が必要です。公共の場や、多くの人が利用する施設では、香りの強い柔軟剤、香水などの使用を控えるなどの配慮をお願いします。



【相談窓口はこちら】

ご心配な事やご相談がありましたら、ご連絡ください。
感染症対策課（☎017-765-5282
土・日、祝日を除く）



療育相談

時 1月25日(木) 13:00～

所 あおもり親子はぐくみプラザ（元気プラザ内）

内 小児科医による診察・相談、保健・栄養相談

対 身体の発育・発達に心配のある乳幼児などと保護者

入料 3組（申込順）／無料

申 1月18日(木)までに、電話で、あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2983 土・日、祝日を除く）へ



1月の子育て相談などの日程

対 妊産婦と子育て中のかた／無料

子育て相談

- ◆あおもり親子はぐくみプラザ（元気プラザ内）
保育士による相談…毎日（年末年始を除く）
8:30～18:00（予約不要）（☎017-718-2975）
保健師などによる相談…月～金曜日（祝日、年末年始を除く）
8:30～18:00（予約不要）（☎017-718-2983）
- ◆浪岡総合保健福祉センター
1/11(木) 9:30～11:00（前日までに電話で、浪岡振興部健康福祉課（☎0172-62-1114）へ）



医師による不妊専門相談

時 1月24日(水) 14:00～15:00

所 対象者には別途お知らせします。

入料 2組（申込順）／無料

申 1月17日(水)までに、電話で、あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2984 土・日、祝日を除く）へ

ハミガキ相談 （歯ブラシ持参）

仕上げみがきの仕方、親子ふれあい遊び、絵本など

食育相談

離乳食の進めかた、妊娠中の食事、親子ふれあい遊び、絵本など

- ◆あおもり親子はぐくみプラザ（☎017-718-2975）
1/9(火) 9:30～12:00
※食育相談のみ
※一週間前までに電話予約
- ◆浪岡総合保健福祉センター（☎0172-62-1114）
1/11(木) 10:00～11:00
前日までに電話予約

お気軽にご相談ください♪



あおもり親子はぐくみプラザ 伊藤