

令和8年6月

安方町会ホームページ



回覧はスマホで見よう!!

大事な身体、大切な安方。

出典：青森市公式 LINE からの情報

令和 8 年度健康教室

日 時	テ ー マ	講 師	場 所
5月20日(水) 13:00~14:00	顎関節症について	大空歯科クリニック 院長 棚岡 昭南 先生	中央市民センター
6月16日(火) 13:00~14:00	大人の発達障害	医療法人天壽会 理事長 村上 拓也 先生	アビオ あおもり
7月15日(水) 13:00~14:00	「結局、ワクチンって 打ったほうがいいのか?」 —最新データで学ぶ、納得の選び方—	公立大学法人 青森県立保健大学 特任教授 大西 基喜 先生	中央市民センター
8月 5日(水) 13:00~14:00	脳卒中 ～疑うときとその対応、予防～	公立大学法人 青森県立保健大学 健康科学総合教育部門 新井 剛 先生	浪岡総合保健 福祉センター 【申込先】 0172-62-1114
9月16日(水) 13:00~14:00	薬局を活用したセルフケア・ セルフメディケーションについて	青森調剤薬局 薬剤師・代表取締役 坂井 義人 先生	沖館市民センター
10月21日(水) 13:00~14:00	心臓のリズムと健康の話 ～知っておきたい心臓のサイン～	よこの循環器呼吸器 内科医院 院長 横野 良和 先生	西部市民センター
11月14日(土) 13:00~14:00	糖尿病とうまく付き合おう	おがわよしじ内科 院長 小川 吉司 先生	元氣プラザ
12月 7日(月) 13:00~14:00	がん検診は誤解だらけ —正しく知って活用しよう—	青森県立中央病院 医療顧問 斎藤 博 先生	元氣プラザ
3月17日(水) 13:00~14:00	眼科の健診結果、見てますか? ～結果用紙に書かれる呪文の謎～	きむら眼科 院長 木村 智美 先生	元氣プラザ

健康教室

開催日前日までにお申込みください。

體藝相聯(先着順:4名)

健康教室終了後には、講師と個別に面談する健康相談を利用することができます。
1週間前までにお申込みください。

参加無料・申込制
青森市保健所 健康づくり推進課 (017-718-2942)
※8/5のみ、浪岡振興部 健康福祉課
(0172-62-1114)へお申込みください。

受付開始12:30以降のご来場にご協力をお願いします。

会場案内

元氣プラザ 青森市緑2丁目 19-13	中央市民センター 青森市松原1丁目 6-15	沖節市民センター 青森市沖節1丁目 1-11
西部民センター 青森市新誠字平岡 163-22	アピオあおもり 青森市中央3丁目 17-1	浪岡総合保健福祉センター 青森市浪岡大字浪岡字村 274

※公共交通機関や送迎でのご来場にご協力をお願いします。

主催：青森市医師会・青森市 後援：青森県医師会

参加無料・申込制

青森市保健所 健康づくり推進課 (017-718-2942)

※8/5のみ、浪岡振興部 健康福祉課

(0172-62-1114)へお申込みください。

禁煙相談

無料

禁煙したいを
応援します！

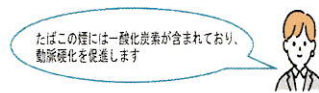
【初回支援の流れ】

①ニコチン依存度を確認します



ニコチンには依存性があるので、
たばこをやめられないのはあなたの
せいではありません

②吐く息に含まれる一酸化炭素濃度を調べます



③あなたのお悩み聞かせてください

あなたのお悩みに合わせて、保健師が禁煙に関する
情報提供や継続した禁煙支援を行います



青森市HP



一酸化炭素濃度測定器

◆日程 平日（祝日・年末年始を除く）8時30分～18時00分

◆場所 青森市健康づくり推進課（元氣プラザ内）

◆申込み 相談したい日の一週間前までに、
お電話で健康づくり推進課（017-718-2912）へ

【問合せ先】青森市保健所 健康づくり推進課 健康寿命対策室 (元気プラザ内)

お問い合わせ

青森市保健所健康づくり推進課

(健康寿命対策室) 017-743-6111

[illegible]

鍵掛けを習慣にして自宅を守りましょう！

○青森県内の令和7年中の侵入窃盗発生状況

侵入窃盗 227件（前年比－80件）

うち住宅対象 75件（前年比－12件）

令和7年中は、令和6年より「侵入窃盗」の認知件数、「住宅対象」の侵入窃盗被害件数はいずれも減少しましたが、「住宅対象」のうち「居空き」の被害は7件増加しています。

（※「居空き」とは、家人が在宅中にこっそり侵入して盗むことです。）

今年もまもなく本格的な夏期間がスタートしますが、暑さをしのぐために窓を開けるなどして、昼夜問わず自宅が無施錠の状態になることが予想されます。そのため、普段から防犯対策の徹底をお願いします。

○確認すべきポイント

- 1 在宅時や短時間の外出でも確実に鍵を掛ける。
- 2 外出前や就寝前は、玄関と全ての窓の施錠を確認する。
- 3 窓の外に侵入の足場となるような物は置かない。
- 4 盗まれるものはないと思っても、鍵を掛ける。



広報 駅前

6月号

青森警察署
青森駅前交番
田守 裕貴
☎722-8431

自転車の盗難被害に注意！

○青森駅駐輪場及びあすなろ橋下駐輪場における自転車盗難被害認知状況

令和8年4月1日から令和8年5月20日まで間

青森駅東口駐輪場、青森駅西口駐輪場、あすなろ橋下駐輪場で発生した自転車盗難被害の認知件数は26件（暫定値）でした。

被害に遭った自転車は施錠されているものが多く、被害者の約8割が15歳から18歳の高校生でした。

自転車を利用される方は、ツーロック（備付け施錠＋ワイヤーロック等）を活用し、被害を防止しましょう。

○警察の取組

警察では、青森地区防犯協会駅前支部の方々と連携して、青森駅周辺における防犯パトロール、自転車の利用者に対する被害防止の呼びかけを行っています。

また、5月から新たな取組として、青森駅駐輪場において当署生活安全課と合同で自転車盗難被害防止の呼びかけを行っています。



防犯パトロール時の様子



青森県警察防犯アプリのご紹介！

青森県警察では、青森県警察防犯アプリ「まもリン」を運用しています。

みなさんの身近で発生する事件の情報や、子供や女性を対象とする声掛けなど事案の情報を提供しています。

ダウンロードは無料ですので、各二次元コードからダウンロードをお願いします。



iOS

iPhoneの方は
こちらから



Android

Androidの方は
こちらから



覽 回

安方町会清掃デー

青森市・むつ湾週間 青い海公園



2026
6/21 日

場所/青い海公園(屋根付ベンチ)
(安方町会の赤いのぼりが目印)

[illegible]

肺がん検診・結核健診 巡回バス

「まだ大丈夫」ではなく

今、確認しておこう。

あなたの元気が
大切な人の安心へ

自己負担金：無料
予約不要

(喀痰検査は青森市国保以外の方は410円)

日時	令和8年7月6日(月)9:30~10:00
場所	市役所駅前庁舎前(中央古川通り側)
対象者	青森市に住民票のある40歳以上のかた (65歳以上のかたは、毎年度「結核健診」が義務付けられています。)
検査内容	胸部エックス線検査 (必要と認められたかたのみ喀痰検査)
持ち物	医療保険の資格情報が確認できるもの※

※マイナ保険証、資格確認書、マイナ保険証と資格情報のお知らせ、マイナポータルの資格情報画面のいずれか。



おススメの服装

- ◎無地のTシャツ、カットソー等
- ◎金具・プラスチックの付いていないインナー



避けた方がよい服装

- ◎タートルネックまたはハイネックの服
- ◎柄やロゴ、刺しゅうの入った服
- ◎ボタン・ファスナー付きの服

検診車内で脱ぐことも可能ですが、おススメの服装を参考に受診ください！



検診結果は1ヵ月程度でご自宅に送付されます。

青森市保健所 健康づくり推進課(元気プラザ内)
TEL:017-718-2918



青森市「肺がん検診・結核健診」HPはこちら

令和8年度 肺がん検診・結核健診巡回バス日程表

巡回バスについては、事前のお申し込みは不要です。下記の月日・受付時間・場所に巡回バスが出向きます。

【青森地区】

月日	受付時間	場 所	住所
5月11日 (月)	8:30 ~ 9:00	「道の駅」浅虫温泉 ゆへさ浅虫 駐車場	浅虫
	9:30 ~ 10:00	久栗坂町民会館前	久栗坂
	10:30 ~ 11:00	東陽小学校地域・学校連携施設前	宮田
	11:30 ~ 12:00	ほろがけ福祉館前	小柳
	13:30 ~ 14:30	マエダストア虹ヶ丘店駐車場	虹ヶ丘
5月18日 (月)	8:30 ~ 9:30	大野市民センター前	大野
	10:00 ~ 11:00	カブセンター大野店駐車場	大野
	13:00 ~ 14:00	ハッピードラッグ佃店駐車場 (成田本店隣)	中佃
6月16日 (火)	8:30 ~ 9:00	岡造道町民会館前	岡造道
	9:30 ~ 10:00	中央市民センター中筒井分館	筒井
	10:30 ~ 11:30	ユニバース筒井店駐車場	筒井
	13:00 ~ 14:00	生協さくら館駐車場	桜川
6月23日 (火)	8:30 ~ 9:00	ユニバース青柳店駐車場	青柳
	9:30 ~ 10:00	市営奥野団地集会所前	奥野
	10:30 ~ 11:30	生協あじさい館駐車場	松原
	13:00 ~ 13:30	ツルハドラッグ青森港町店駐車場	港町
7月6日 (月)	8:30 ~ 9:00	中央市民センター石江分館	石江
	9:30 ~ 10:00	市役所駅前庁舎前(中央古川通り側)	新町
	10:30 ~ 11:30	柳川庁舎駐車場	柳川
	13:00 ~ 14:00	カブセンター西青森店駐車場	石江
7月29日 (水)	8:30 ~ 9:00	高田教育福祉センター前	高田
	9:30 ~ 10:00	片岡福祉館前	旭町
	10:30 ~ 11:30	サンロード青森 (西中央出入口付近)	緑
	13:00 ~ 14:00	マエダストア八重田店駐車場	造道
8月17日 (月)	8:30 ~ 9:00	正覚寺前	本町
	9:30 ~ 10:00	総合福祉センター (浦町保育園向かい側)	中央
	10:30 ~ 11:30	シーナシーナ青森店 正面付近	浜田
	13:00 ~ 14:00	三内丸山市民館前	三内
8月27日 (木)	8:30 ~ 9:00	出町町会集会所前	浪館前田
	9:30 ~ 10:30	生協あやめ館駐車場	三内
	11:00 ~ 11:30	滝内福祉館	石江
	13:00 ~ 14:00	古川市民センター前	古川

【青森地区】

月日	受付時間	場 所	住所
9月11日 (金)	8:30 ~ 9:00	浪館福祉館前	浪館前田
	9:30 ~ 10:30	ユニバース大野店駐車場	西大野
	11:00 ~ 11:30	マックスバリュ幸畑店駐車場	幸畑
	13:00 ~ 13:30	マエダストア問屋町店	問屋町
	14:00 ~ 14:30	小柳第三団地集会所前	小柳
9月24日 (木)	9:00 ~ 9:30	メガドラッグ石江店駐車場	石江
	10:00 ~ 11:00	久須志福祉館前	久須志
	11:30 ~ 12:00	旭町市民館前(旭町通り)	金沢
	13:30 ~ 14:30	ユニバース沖館店駐車場	沖館
10月19日 (月)	8:30 ~ 9:00	北部地区農村環境改善センター前	奥内
	9:15 ~ 9:45	西田沢公民館前	西田沢
	10:00 ~ 10:30	生協はまなす館駐車場	羽白
	11:00 ~ 11:30	中央市民センター鶴ヶ坂分館前	鶴ヶ坂
10月26日 (月)	13:00 ~ 14:00	生協コスモス館駐車場	富田
	8:00 ~ 8:30	原別支所前	平新田
	9:00 ~ 10:00	ユニバース東バイパス店駐車場	八重田
	10:30 ~ 11:30	生協ひまわり館駐車場	浜館
10月26日 (月)	13:00 ~ 13:30	戸山市民センター駐車場	駒込
	14:00 ~ 14:30	横内市民センター駐車場	横内

【浪岡地区】

月日	受付時間	場 所	住所
9月7日 (月)	8:15 ~ 8:35	徳長農村センター前	徳才子
	8:45 ~ 9:05	杉高児童館前	高屋敷
	9:25 ~ 9:45	五本松農村センター前	五本松
	10:00 ~ 10:30	サンデー浪岡店駐車場	女鹿沢
	10:40 ~ 11:10	青森農協浪岡支店前	浪岡
9月8日 (火)	11:20 ~ 11:50	TRIAL GO 浪岡店駐車場	浪岡
	8:30 ~ 8:50	下石川ふれあいセンター前	下石川
	9:10 ~ 9:55	健康の森 花岡プラザ駐車場	女鹿沢
	10:10 ~ 10:40	いとく浪岡店駐車場	女鹿沢
	10:50 ~ 11:20	浪岡庁舎駐車場	浪岡
9月8日 (火)	11:35 ~ 11:55	本郷公民館前	本郷

【問合せ】 ●健康づくり推進課(元気プラザ)

健康推進チーム TEL 017-718-2918

●健康福祉課(浪岡庁舎)

健康推進チーム TEL 0172-62-1114

- 対象者 40歳以上で、青森市に住民票があるかたは年度内1回、受診可。(65歳以上のかたは、毎年度結核健診が義務づけられています。)
- 持ち物 医療保険の資格情報が確認できるもの※
※マイナ保険証、資格確認書、マイナ保険証と資格情報のお知らせ、マイナポータル資格情報画面
- 料 金 無 料 (喀痰検査410円:必要と認められたかたのみ実施)
70歳以上のかた(誕生日翌月から健診が無料となります。1日生まれの方は誕生日月から無料)、青森市国保加入のかた、後期高齢者医療制度加入のかた、生活保護受給者、市民税非課税世帯(世帯全員が非課税)のかた※2は、喀痰検査も無料となります。
※市民税非課税世帯のかたは、受診前にお問合せください。
- 検診結果 1か月程度で、ご自宅へお送りします。

安方町会からのお知らせ

「お花いっぱい」の街」 町会みんなで参加しましょう。



安方町会では、今年も環境美化「花いっぱい運動」を勧めています。
花購入の補助がありますので、ぜひお住まいの前（街路樹のスペース・プランター・鉢植えなど）で花を咲かせてみませんか。

【対象期間】 令和8年9月30日(水)まで

【花・土・肥料など購入費の補助・1軒の上限金額】

◎マンション管理組合の場合……………(合計)5,000円

◎街路樹・プランター利用の場合 ……(1軒) 2,000円

※いずれも、領収証に明細を記入して下さい。(領収証の宛名・安方町会)

※予算オーバーの場合は、ご相談下さい。

【補助金交換担当/町会長(樋口)】

◎直接ご連絡をお願い致します。ケータイ 090-8610-8258

◎留守の場合は、お名前を留守録をお願い致します。こちらから、ご連絡いたします。

留守録にメッセージがない場合は、ご連絡はいたしません。



花の準備ができないなど、希望する方には、こちらで準備してお渡しします。

樋口までご連絡をお願い致します。(花の種類は指定できません。)

ケータイ 090-8610-8258

6月25日は青森市民交通安全行動の日

6
無

2
事

5
故の日

車・自動二輪車・自転車等を利用する方も歩行者の方も、日頃の行動を振り返り、改めて交通安全について考えてみましょう！

歩行者はハンド&サンクス♪



自転車乗車時は
ヘルメット着用！



横断しようとする歩行者を
発見したら一時停止！



自転車も車の仲間です。
確実に一時停止！



シートベルトもチャイルド
シートも必ず着用！



夜間に外を歩くときは
反射材を身につけよう！

これからも交通ルールの遵守と交通マナーの実践を心がけましょう

～あなたの行動が無事故につながる～

青森市・青森市交通安全対策協議会

令和8年度 青森市民交通安全行動の日（無事故の日）の集い

日 時	行事・次第	実施機関・団体等
6月25日(木) 15:30～16:00	第26回 青森市民交通安全行動の日の集い 【第1部】式典 場所：青森駅前公園 1 開会 2 交通事故犠牲者に対する黙祷 3 主催者あいさつ…青森市長 4 来賓あいさつ…青森警察署長 5 来賓紹介 6 交通安全の呼びかけ…青森市交通安全母の会会長 7 誓いのことば…高齢者の代表 園児の代表 8 アトラクション…園児によるダンス 9 閉会	主催：青森市 参加団体 ・青森警察署 ・青森市交通安全対策協議会 ・青少年関係団体 ・町会 ・老人クラブ  アトラクション協力団体 ・ねむのき保育園
16:00～16:20	【第2部】街頭活動 のぼり旗掲揚、反射材無料配布 場所：青森駅前公園の周辺	 青森市交通安全シンボルマーク

守ろう！自転車安全利用五則

- ① 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- ② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- ③ 夜間はライトを点灯
- ④ 飲酒運転は禁止
- ⑤ ヘルメットを着用



令和8年4月1日から、自転車の交通違反に対して、交通反則通告制度（青切符）が適用となりました。

信号無視、ながらスマホ、二人乗り、一時不停止などの危険行為は、交通反則切符の対象となる場合があります。

自転車も“車両”です。
交通ルールを守り、事故のないまちを目指しましょう！

「古川地域ねぶた祭り」個人協賛のお願い

向暑の候、皆様におかれまして益々ご清祥のこととお喜び申し上げます。また、平素より本校教育振興に対しまして格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

今年は古川小創立100周年、古川市民センター30周年となります。そして、何よりも子どもたちに楽しい思い出を作ってもらうことを目的に、今年も学校と地域が一体となり取り組んでまいります。

8月3日の青森ねぶた合同運行にも出陣いたします。

誠に恐縮ではございますが、下記のとおりご協賛を賜りますようお願い申し上げます。

- 地域町会の運行日 2026年7月18日（土）午後5時00分～
青森ねぶたの運行日 8月 3日（月）

〈個人の協賛金〉 一口 1000円

- ご協賛一口につき、古川地域ねぶたオリジナル手ぬぐい1本うちわ1本進呈いたします。
〈手ぬぐいうちわは5口以上でもお一人様最高5枚までとなります。〉

協賛金は、町会のご担当者までお渡し下さい。お取りまとめが済み次第、古川小学校（長谷部教頭）までご連絡下されば、集金にお伺いします。（TEL776-8005）
なお、直接学校へお持ち下さる場合は、事前にお電話をいただければ幸いです。

※受付は6/8（月）からになります。

※7月18日〈土〉午後5時00分～の当日も、運行コース上で協賛金をお申し受けいたしますので、よろしくお願いいたします。

町会名

町会

お名前	口数	お名前	口数	お名前	口数

●お問い合わせは、実行委員長 間山（090-7793-0458）
事務局長 上見（090-5185-5154）までお願いいたします。

地域の皆様へ

プール学習見守りボランティア募集

日頃は、学校支援事業にご理解、ご協力頂き、ありがとうございます。

さて、プール学習のボランティアを、下記の日程でお手伝い頂ける方を募集しています。子ども達がより安全に学習できるよう、一人でも多くのお手伝いをお願いします。

お忙しいと思いますが、ご協力頂ける方は、下の申込用紙に記入のうえ、古川小学校に提出をお願いします。

日時 ① 6月 5日(金) 10:20~12時 1.2年	⑨ 9月 3日(木) 10:20~12時 1.2年
② 6月 8日(月) 10:20~12時 3.4年	⑩ 9月 7日(月) 10:20~12時 3.4年
③ 6月 12日(金) 13:20~15時 5.6年	⑪ 9月 15日(火) 10:20~12時 1.2年
④ 6月 25日(木) 10:20~12時 1.2年	⑫ 9月 18日(金) 13:20~15時 5.6年
⑤ 6月 25日(木) 13:20~15時 3.4年	
⑥ 7月 2日(木) 13:20~15時 5.6年	
⑦ 8月 26日(水) 10時~11:40 3.4年	
⑧ 8月 27日(木) 10:20~12時 5.6年	

集合場所 古川市民センター2階エレベーター前にお越し下さい。

活動内容 プール学習中、プールサイドで児童の安全を見守ります。

プール学習終了後、着替えや片付けが遅れている児童を補助します。

更衣室内ロッカー等に忘れ物がないか、確認して終了になります。

その他 プール内は暑く、湿度も高いです。脱水や熱中症予防の為、水分補給の準備を各自をお願いします。また、タオルの持参や温度調整しやすい服装をおすすめします。

※ お問い合わせは古川小(776-8005)または推進員上見(09051855154)までお願いします。

-----キ リ ト リ-----

プール学習ボランティアに協力します

児童学年 年 氏名 連絡先

協力者氏名 住所

初めて参加される方は、保険に加入しますので、住所と連絡先の記入をお願いします。

① 6/5	② 6/8	③ 6/12	④ 6/25 午前	⑤ 6/25 午後	⑥ 7/2
⑦ 8/26	⑧ 8/27	⑨ 9/3	⑩ 9/7	⑪ 9/15	⑫ 9/18

お手伝い頂ける日に○をつけて下さい。一人でも多くのお手伝いが必要です。人数が偏った場合は、こちらで調整し、お知らせ致します。

教頭先生→手紙 BOX