

※掲載している催しは、中止・延期になる場合があります。

健康づくり推進課 からのお知らせ

場所・申問 市健康づくり
推進課（別府市保健セン
ター内） ☎(21)11117

タ1内） ☎(21)11117

■こどもの発達相談会

言葉が遅いなどの言葉の
相談、動きが激しい、人見
知りなどのかかわり方の相
談。

日時・相談員

・5月11日(月)

9時～15時

心理職、保健師

・5月21日(木)

9時～14時

言語聴覚士、作業療法士、
保育士、心理職、保健師

申込方法 事前に電話でお
申し込みください。

※予約制（定員に達した場
合、お断りすることがあ
ります）。

■育児相談会

子どもの成長・発達など
の相談や、妊婦さんの健康
相談。

日時 5月14日(火)

10時～11時30分

内容 身長・体重測定、
子育て・栄養相談など

※中止になった場合は個別

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました



に相談を受け付けますの
でお問い合わせください。
相談員 管理栄養士、
保健師

■離乳食スタート講座

日時 5月26日(火)

13時30分～

15時

対象 概ね3～5か月児の
保護者

内容 乳幼児口腔ケアと
離乳食の話

申込方法 事前に電話で上
記申込み。

日時 5月27日(水)

10時30分～11時30分

対象 概ね9～11か月児の
保護者(先着15組)

内容 離乳食の話、
試食、相談

申込方法 5月7日(木)～25
日(月)に電話で上記へ申込み。

日時 5月7日(木)

10時30分～11時30分

対象 概ね9～11か月児の
保護者(先着15組)

内容 離乳食の話、
試食、相談

申込方法 5月7日(木)～25
日(月)に電話で上記へ申込み。

日時 5月7日(木)

10時30分～11時30分

対象 概ね9～11か月児の
保護者(先着15組)

内容 離乳食の話、
試食、相談

申込方法 5月7日(木)～25
日(月)に電話で上記へ申込み。

日時 5月7日(木)

10時30分～11時30分

対象 概ね9～11か月児の
保護者(先着15組)

内容 離乳食の話、
試食、相談

申込方法 5月7日(木)～25
日(月)に電話で上記へ申込み。

日時 5月7日(木)

10時30分～11時30分

対象 概ね9～11か月児の
保護者(先着15組)

内容 離乳食の話、
試食、相談



中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました

中止になりました



日時・定員

・5月14日(木) 9時～16時

4人(先着順)

・5月28日(木) 9時～12時

2人(先着順)

※前日までに電話で予約し
てください(匿名でも可)。

相談員 公認心理師

5月の心の健康相談会

日時 5月12日(火)

15時30分～

(要事前予約)

内容 精神保健福祉相談、
認知症相談

場所・申問 東部保健所
☎(67)2511

日時 6月4日(木)

14時～16時

(受付13時30分)

対象 大切な方を自死で
亡くされたご遺族

内容 気持ちの分かち合い
に電話で左記へ申込み。

申込方法 5月28日(木)まで

場所・申問 県ところとか
らだの相談支援センター
(大分市大字玉沢)
☎097(541)6290

日時 6月4日(木)

14時～16時

(受付13時30分)

対象 大切な方を自死で
亡くされたご遺族

内容 気持ちの分かち合い
に電話で左記へ申込み。

申込方法 5月28日(木)まで

場所・申問 県ところとか
らだの相談支援センター
(大分市大字玉沢)
☎097(541)6290

日時 6月4日(木)

14時～16時

(受付13時30分)

対象 大切な方を自死で
亡くされたご遺族

内容 気持ちの分かち合い
に電話で左記へ申込み。

はじめてみませんか ノルディック・ウォークで健康増進！

ポールを購入したままになっている人
はじめてみようか迷っている人

■ノルディック・ウォーク個別相談会 (無料・要予約)

話題のノルディック・ウォーク。正しいポールの
使い方をお教えします！

日時 5月12日(火)、21日(木)、25日(月)

各日9:00～16:00の間

持ち物 ノルディック・ウォークポール
(貸し出し可)

申込方法 電話で下記へ申込み。

※1組30分程度の相談です。

場所・予約・申問 市健康づくり推進課

(別府市保健センター内) ☎21-11117



■ノルディック・ウォークポールの 購入費を補助します

内容 1人1回のみ購入費の半額補助
(上限3,000円)

※令和2年4月1日以降に購入したものが対象です。

対象 別府市に住民票がある人、
市税等の滞納のない人

必要書類 補助金交付申請書兼請求書、
領収書(レシート不可)

申込期限 令和3年3月31日以前で
購入日から3か月以内

申・問 市健康づくり推進課 ☎21-11117

※掲載している催しは、中止・延期になる場合があります。

5月の集団健診 ※健康保険証をお持ちください。☆は要予約 予約・📍市健康づくり推進課 ☎21-1117

| 日曜 | 場所 | 時間 | 内容 |
|-------|---|-------------|-------------------------------------|
| 12 火 | 馬場公民館 | 9:00～9:50 | 肺がん検診 |
| 13 水 | 竹の内公民館 (☆) | 8:30～10:00 | 胃がん、大腸がん(配布)、骨そしょう症、子宮頸がん、乳がん、肺がん検診 |
| 18 月 | ユニオンヘア 駐車場(朝日ヶ丘町) | 10:10～10:50 | 肺がん検診 |
| 19 火 | 中須賀公民館 (中須賀) 10:00～10:40 上人南ちびつ公民館 10:00～10:40 | | 肺がん検診 |
| 20 水 | べっぴアリーナ | 9:00～9:40 | 肺がん検診 |
| | 上野口町二区公民館 | 10:00～10:50 | |
| | 西部地区公民館南側の 空母(鶴見園公園) | 10:00～11:10 | |
| 21 木 | 南的ヶ浜町公民館 (あけぼの公園) | 9:00～9:40 | 肺がん検診 |
| | 京町公民館 | 10:00～10:40 | |
| 30 土 | 別府市保健センター (湯のまちけんこう パーク) (☆) | 8:30～10:00 | 胃がん、大腸がん(配布)、骨そしょう症、子宮頸がん、乳がん、肺がん検診 |
| 6/2 火 | 海門寺公園 | 10:10～10:50 | 肺がん検診 |
| | 南小学校 | 13:30～14:30 | |
| 6/3 水 | 光の園地集会所 | 10:20～11:00 | 肺がん検診 |
| | マルシヨク餅ヶ浜店 駐車場 | 14:00～14:30 | |
| 6/4 木 | 朝日大平山地区 公民館 (☆) | 8:30～10:00 | 大腸がん(配布)、骨そしょう症、子宮頸がん、乳がん、肺がん検診 |
| 6/5 金 | セブンイレブン 別府大畑店(鶴見) | 9:00～10:00 | 肺がん検診 |
| | 藤吉乳腺クリニック (東荘園) | 14:00～15:00 | |

延期になりました

延期になりました

☆新型コロナウイルス感染予防のため ~~5月13日(水)、30日(土)~~ 6月4日(木)の健診は事前予約制です。健康づくり推進課 ☎21-1117 にお申し込みください。

- ※各検診の対象者は、今年度内に対象年齢になる人です。
- 肺がん検診(無料) 対象 40歳以上の人
内容 胸部エックス線撮影
※襟、ボタン、刺しゅう、金具などのない薄いTシャツなど(1枚)を着用して受診してください。
※レントゲン車での検診ができない障がいのある人は下記で受診できます。(要申込)
検診時間 9:00～16:00(土・日曜日、祝日は休み)
場所・📍 別府市医師会地域保健センター(別府市保健センター内) ☎23-2279
 - 胃がん検診(1,500円) 対象 40歳以上の人
内容 バリウムによるエックス線撮影
※前日の21時以降は飲食、喫煙不可。ボタンやチャックのない衣服を着用して受診してください。
 - 大腸がん検診(700円:容器代+検診代)
対象 40歳以上の人 内容 2日間の便潜血検査
①「大腸がん(配布)」の各会場で容器を受け取る。(容器代300円)
②自宅で採便(2日間)、検診票の記入。
③配布時に指定された期間に、配布された会場で検診票と容器の回収。(検診代400円) ※生理中の場合は受診不可。
 - 骨そしょう症検診
対象 今年度内に下記の年齢になる女性
40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳…600円
70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳…無料
内容 カかとでの超音波検査
※ストッキングなど脱ぎにくい衣服は避けてください。
 - 子宮頸がん検診(1,000円) 対象 20歳以上の女性
内容 子宮口からとった粘膜の細胞診
※生理中の場合は受診不可。
 - 乳がん検診(700円) ※先着60人
対象 40歳以上の女性
内容 マンモグラフィ検査(乳房のエックス線撮影)
※ペースメーカー装置植え込み術を受けている人、豊胸手術を受けている人は受診不可。
※撮影障害になるため、制汗スプレーなどの使用は不可。

特定健診中止のお知らせ

5月30日(土)に予定していた特定健診は、新型コロナウイルス感染予防のため中止いたします。
📍市保険年金課 ☎21-1158

《注意事項》新型コロナウイルス感染予防のため、健診に行く際は「体調の良い日に行く」、「石けんを使用した手洗いや手指消毒を心がける」、「医療機関が混雑する時間帯を避ける」など感染予防に十分にご注意ください。

個別医療機関でがん検診等を受診する場合は、事前に各医療機関へ連絡をお願いします。

【上記の集団健診以外でも、下記健診センターで受診できます(要予約)】

- ◎別府市医師会地域保健センター(西野口町) ☎23-2279
- ◎大分県厚生連健康管理センター(緑丘町) ☎23-7112
- ◎大分総合健診センター(OHC)(上人ヶ浜町) ☎66-4113

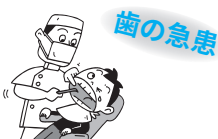
| 種類 | 胃がん | 肺がん | 大腸がん | 前立腺がん | 子宮頸がん | 乳がんマンモ | 骨そしょう症 | 肝炎ウイルスB型+C型 |
|-------|-------|-----|-------|-------|-------|--------|--------|-------------|
| 料金(円) | 2,700 | 700 | 1,000 | 900 | 1,100 | 1,200 | 600 | 1,200 |

【次の人は、自己負担金が免除されます】①70歳以上の人(今年度中に70歳になる人も含む)、②生活保護世帯の人、③住民票の世帯員全員が市県民税非課税の世帯の人、④満65歳～69歳で特定の障がいなどによる後期高齢者医療被保険者(※各種証明書が必要です。詳しくはお問い合わせを。)*受診は別府市に住居票がある人に限ります。*別府市が実施する各がん検診などは受診方法を問わず年度内1回のみです。気になる症状がある人は、直接専門医を受診してください。)

※掲載している催しは、中止・延期になる場合があります。

5月2日～6日の休日当番歯科

診療時間 9:00～12:00、
13:00～17:00
受付時間 午前は11:30まで、
午後は16:30まで



☎ 別府口腔保健センター ☎21-5657

| 日 | 医療機関名 | 所在地 | 電話 |
|---|-----------------------------------|-------|---------|
| 2 | 別府口腔保健センター ※13:00～17:00(午前は休診) | 西野口町 | 21-5657 |
| 3 | 荘園豊田歯科 | 鶴見 | 22-1611 |
| 4 | 関の江歯科医院 | 古市町 | 78-2171 |
| 5 | 関の江歯科医院 | 古市町 | 78-2171 |
| 6 | はまわきマハ口歯科 | 浜脇2丁目 | 26-3337 |

※都合により変更になることがあります。

5月の日曜・祝日の在宅当番医

診療時間 9:00～17:00 (内)=内科(小)=小児科
☎ 市健康づくり推進課 ☎21-1117

| 日 | 医療機関名 | 所在地 | 電話 |
|----|------------------------------------|--------|---------|
| 3 | 別府市医師会地域保健センター (内) (15歳以上が対象です) | 西野口町 | 26-4000 |
| | 衛藤小児科医院 (小) | 荘園 | 85-7881 |
| 4 | 久保あなか・おしりクリニック (内) | 石垣東3丁目 | 23-2211 |
| | 矢田こどもクリニック (小) | 石垣東4丁目 | 22-9557 |
| 5 | 児玉病院 (内) | 亀川四の湯町 | 67-1611 |
| | 松本小児科医院 (小) | 北浜2丁目 | 23-5215 |
| 6 | 畑病院 (内) | 中島町 | 21-1371 |
| | 古城小児科医院 (小) | 上人仲町 | 67-5566 |
| 10 | 石川胃腸科医院 (内) | 東荘園 | 21-5959 |
| | 河野小児科医院 (小) | 石垣西7丁目 | 22-4429 |
| 17 | 清瀬病院 (内) | 野口中町 | 25-1555 |
| | 矢田こどもクリニック (小) | 石垣東4丁目 | 22-9557 |
| 24 | 垣迫内科医院 (内) | 松原町 | 23-8131 |
| | 衛藤小児科医院 (小) | 荘園 | 85-7881 |
| 31 | 古城循環器クリニック (内) | 石垣東6丁目 | 25-3811 |
| | 松井小児科医院 (小) | 大畑 | 24-1911 |

※都合により変更になることがあります。

献血 あなたの気持ちが、いのちの芽となります
献血にご協力ください (400ml)

| 日 | 曜 | 場所 | 時間 |
|----|---|-------|----------------------------|
| 12 | 火 | JR別府駅 | 10:00～11:30 13:00～16:00 |

※都合により変更になることがあります。
☎ 市健康づくり推進課 ☎21-1117

健診結果相談会 (無料・要予約)

対象 健診受診者 持ち物 健診結果
日時 5月18日(月)、20日(水)、21日(木)
各日9:00～16:00の間
申込方法 電話で下記へ申込み。
※1人1時間程度の相談です。
※同時に脳年齢チェックもできます。
場所・予約・☎ 市健康づくり推進課
(別府市保健センター内) ☎21-1117

6月1日～7日は「HIV検査普及週間」 休日エイズ検査 (無料・匿名)

エイズの原因となるHIVに感染しているかは、血液検査で調べることができます。
日時 6月6日(土) 9:00～16:00
場所 東部保健所(大字鶴見字下田井14-1)
内容 HIV抗体迅速検査
申込方法 前日までに電話で下記へ予約。
※当日受付不可。
☎・☎ 東部保健所エイズ相談電話 ☎67-7040

内容 腎臓病予防の適正管理、慢性腎臓病の臨床検査
22日(金) 14時～15時30分
☎(67)1111
☎(21)1371(畑病院)
中止になりました

5月の健康教室

ひとやすみ
コミュニケーションサロン
日時 5月23日(土) 10時～12時
対象 がんで治療中の人やご家族(遺族)
※がんではない人も参加できます
場所・☎ 湯のまち訪問看護ステーション(南立石生目町) ☎(24)2226
中止になりました

内容 もしかししたら隠れ心不全?心不全について学ぼう!
6月5日(金) 10時～11時
☎(21)1371(畑病院)
☎(67)1111
☎(24)2226
☎(22)0391

新別府病院

内容 転倒予防について
28日(木) 13時～15時
☎(21)1371(畑病院)
☎(67)1111
☎(24)2226
☎(22)0391
内容 糖尿病教室 14時～16時
※料理教室のみ予約制です。
7日(木) 糖尿病の診断、治療、合併症
14日(木) 運動療法
21日(木) 薬物療法
28日(木) 料理教室(要申込)
☎介護食教室 13時30分～15時
14日(木) 患者様向け(要申込)
21日(木) 施設様向け(要申込)
内容 おいしい介護食の実演
☎転倒予防教室(要申込)
28日(木) 13時～15時

※掲載している催しは、中止・延期になる場合があります。

なくそう！望まない受動喫煙

☎ 市健康づくり推進課 ☎ 21-1117

5月31日は世界禁煙デー 5月31日から6月6日は禁煙週間

喫煙が健康に与える影響は小さくありません。喫煙者本人だけでなく、受動喫煙によってたばこを吸わない人の健康を損なう危険性があります。

“受動喫煙防止”の流れは世界各国に広がっており、日本でも「禁煙週間」が設けられるなど様々な取り組みが行われています。

禁煙外来では条件を満たせば保険が適用となります。医師のサポートを受けながら卒煙を目指してみませんか。

健康増進法の一部改正

令和元年7月から学校・病院・行政機関等で原則敷地内禁煙、令和2年4月から飲食店や多くの人々が利用する施設で原則屋内禁煙となりました。

これによって、たばこを吸わない人や健康への影響が大きい子ども、持病のある人などは、受動喫煙に遭う機会が大きく減少すると考えられます。

なくそう！望まない受動喫煙

検索



多くの施設において
屋内が原則禁煙に



20歳未満の方は
喫煙エリアへ立入禁止に



屋内での喫煙には
喫煙室の設置が必要に



喫煙室には
標識掲示が義務付けに

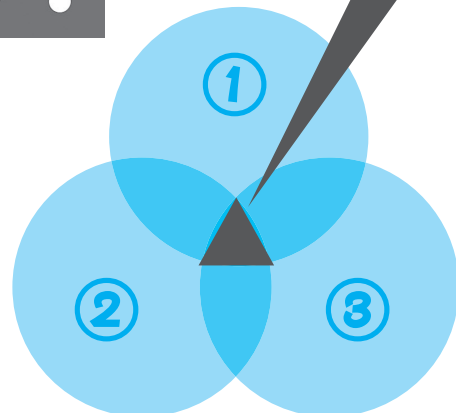
望まない受動喫煙を防ぐための取り組みは、マナーからルールに変わります

新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をお願いします

3つの「密」を避けましょう！

- ①換気の悪い 密閉空間
- ②多数が集まる 密集場所
- ③間近で会話や発声をする 密接場面

3つの条件がそろった場所がクラスター(集団)発生リスクが高い！



新型コロナウイルスの対策としてクラスター(集団)の発生を防止することが重要です。日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないように注意しましょう。

☎ 市健康づくり推進課 ☎ 21-1117



別府市歯科医師会の健診(別府市民は無料です) 場所・予約・☎別府市歯科医師会 ☎21-5657

無料歯周病検診(予約不要) 土曜日13時~16時30分 日曜日9時~11時30分 13時~16時30分
口腔がん検診(完全予約制) 月曜~金曜日 9時~11時30分、13時~16時(事前に電話予約してください)

5月1日から当面の間、中止になりました