

## 8月の日曜・祝日の在宅当番医

発熱など風邪症状がある場合は、事前に電話で相談し、医療機関の指示に従って受診してください。

都合により変更になることがあります。最新の情報は市ホームページをご確認ください。

診療時間 9:00～17:00 (内)=内科 (小)=小児科  
 ☎ 市健康推進課 ☎ 21-2188

日	医療機関名	所在地	電話
7	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
	松井小児科医院 (小)	大畑	24-1911
11	千馬内科医院 (内)	楠町	21-0715
	衛藤小児科医院 (小)	荘園	85-7881
14	石垣病院 (内)	実相寺	66-7557
	松本小児科医院 (小)	北浜2丁目	23-5215
21	安倍内科医院 (内)	火売	66-6780
	河野小児科医院 (小)	石垣西7丁目	22-4429
28	宮崎クリニック (内)	亀川東町	66-0022
	矢田こどもクリニック (小)	石垣東4丁目	22-9557
9/4	別府市医師会地域保健センター (15歳以上が対象です)	西野口町	26-4000
	古城小児科医院 (小)	上人仲町	67-5566

## 8月の休日当番歯科医 〈歯の急患〉

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	曜	医療機関名	所在地	電話
11	木・祝	別府口腔保健センター	西野口町	21-5657
13	土			
14	日			
15	月	関の江歯科医院	古市町	78-2171

※都合により変更になることがあります。

### 子宮頸がん予防

#### HPV(ヒトパピローマウイルス)ワクチン接種

接種を希望する人は指定医療機関に予約し、母子健康手帳(または予防接種済証)と本人確認書類をお持ちください。

#### 【定期接種】

令和4年度対象者 平成18年4月2日～平成23年4月1日生まれの女子

接種回数 3回

#### 【キャッチアップ接種】

対象者には7月に個別通知を送付します。

対象者 平成9年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性

接種期限 令和7年3月31日(月)

接種回数 最大3回のうち未接種回数分

☎ 市健康推進課 ☎ 21-1117

### 後期高齢者医療加入者の皆さんへ

#### ❖健康相談・栄養相談・歯科口腔相談・ご長寿健康相談

後期高齢者医療加入者を対象に、保健師・看護師・管理栄養士・言語聴覚士・歯科衛生士が自宅を訪問し、健康管理などの相談を行っています。対象者には事前に案内を郵送します。

対象者 健康相談：県内500人程度、栄養相談：県内700人程度、歯科口腔相談：県内200人程度、ご長寿健康相談：県内1,500人程度

#### ❖75歳以上の健康診査

受診券の有効期限 令和5年3月31日(金)

※健診は予約が必要です。受診の際は健康診査受診券(オレンジ色のはがき)と保険証をお持ちください。

☎ 大分県後期高齢者医療広域連合

☎ 097-534-1771

市健康推進課 ☎ 21-2188

## 第2弾!楽しい健康教室が始まります!

場所 朝日大平山地区公民館(火売) 要申込

持ち物など 筆記用具、上履き、飲み物、タオル、動きやすい服装で参加を。

※7月25日(月)から受付開始。電話で各問合せ先へ申込み。  
 ※6月からおひさまパークで行っている教室と同じ内容です。10月から北部地区公民館、12月から別府市保健センターでも同じ内容で開催します。  
 参加は1人につきいずれかの場所1か所のみ。

### ◆転倒予防教室

日時 8月17日(水)・26日(金)、9月9日(金)・21日(水)、10月14日(金)・19日(水)  
 10:00～11:00(全6回)

対象 65歳以上で6回全てに参加できる人 定員 15人  
 内容 筋力アップの体操、食事・口腔ケアの講話など  
 ☎・☎ 総合ケアセンターくろき  
 ☎ 84-7165(市委託)

### ◆脳が元気になる教室

日時 8月11日(木・祝)・18日(木)・25日(木)、9月1日(木)・8日(木)・15日(木)  
 10:00～11:00(全6回)

対象 65歳以上で6回全てに参加できる人 定員 15人  
 内容 認知力アップの方法、認知症予防の生活習慣など  
 ☎・☎ 元気づくり支援研究会  
 ☎ 090-4994-4126(市委託)



あなたの気持ち、いのちの芽となります

### 献血にご協力ください(400ml)

☎ 市健康推進課 ☎ 21-2188

日	曜	場所	時間
7	日	ゆめタウン別府	9:30～12:00
28	日		13:30～16:00

※都合により変更になることがあります。

※新型コロナウイルスのワクチンを接種した人は、接種後48時間は献血をご遠慮いただいています。

**集団健診の内容** ※対象は別府市に住み票があり、今年度対象年齢になる人です。

種類	料金(円)	対象	内容
肺がん	無料	40歳以上 レントゲン車で検診ができない障がいのある人は、別府市医師会地域保健センター(☎23-2279 要予約)で受診できます。検診時間 9:00～16:00(土・日曜日・祝日は休み)	胸部エックス線撮影 ※上半身は襟、ボタン、刺しゅうなどのない無地のシャツなどを着用
胃がん	1,500	40歳以上	バリウムによるエックス線撮影 ※前日21時以降は水以外の飲食・喫煙不可。水、内服薬は検査実施3時間前から不可。上半身は襟、ボタン、刺しゅうなどのない無地のシャツなどを着用。
大腸がん	700	40歳以上 受診方法が変更されました▶	2日間の便潜血検査 ※生理中の場合は受診不可 【検診の流れ】①事前に市から採便容器を送付します ②自宅で2日間採便、問診票の記入 ③検診日に問診票と容器を提出
乳がん	700	40歳以上の女性	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込術や豊胸手術を受けている人は受診不可。※ <b>バスタオル1枚をお持ちください。</b>
子宮頸がん	1,000	20歳以上の女性	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。※ <b>バスタオル1枚をお持ちください。</b>
骨そしょう症	600 無料	40・45・50・55・60・65歳の女性 70・75・80・85・90・95・100歳の女性	かかとの超音波検査 ※ストッキングなど脱ぎにくい衣服は避けてください。
前立腺がん	900	50歳以上の男性	血液検査(PSA検査)
肝炎ウイルス	1,200	40歳以上	血液検査(B型+C型肝炎検査)
特定健診	無料	国保特定健診、後期高齢者健診の対象者 ※上記以外の医療保険加入者は一部自己負担金を支払う場合あり。	身体計測、生活習慣病の血液検査など ※8月24日の健診は当日の昼食は軽めにし、そのあとは水以外の飲食不可。 ※9月11日の健診は前日22時以降は水以外の飲食不可。 ※ <b>国保特定健診、後期高齢者健診を受診する人は健康保険証と受診券をお持ちください。</b>

**募集**

別府市民対象

**ゆったりストレッチ教室**

期間 9月5日(月)～11月30日(水)の3か月間

**申込方法**

- ①往復はがきを準備してください。電話での受付はしません。
- ②希望教室を1か所選び、往復はがきに必要事項を記入のうえ、1人につき1枚(連名不可)で申込み。

【返信面】郵便番号	①参加者氏名(フリガナ)
参加者氏名様	②日中連絡のとれる電話番号
参加者住所	③住所
	④右表の参加希望の場所・曜日・時間

【往信面】874-8511	※ここには何も記入しないでください。
「ゆったりストレッチ教室係」健康推進課内	別府市役所内
	申込期限 <b>8月8日(月)必着</b>



**日程表**

場所	曜日・時間	定員
南部地区公民館体育室	火 14:00～14:45	48人
	木 10:00～10:45	48人
西部地区公民館体育室 ※改修工事のため 9・10月の2か月間	月 9:30～10:15	45人
	水 15:30～16:15	45人
中部地区公民館体育室	月 10:45～11:30	45人
	木 12:50～13:35	45人
朝日大平山地区公民館体育室	月 14:00～14:45	50人
	水 9:30～10:15 10:45～11:30	50人 50人
北部地区公民館体育室	火 9:30～10:15	36人
	金 13:00～13:45	36人
野口ふれあい交流センター体育室	月 15:00～15:45	45人
	金 9:30～10:15 10:45～11:30	45人 45人

※応募多数の場合は厳正なる抽選で参加者を決定。結果は8月下旬頃に返信用はがきで連絡します。

☎ 市健康推進課 ☎21-2188

## 8月の集団健診(要予約)

申・問 市健康推進課 ☎21-2188

日曜	場所	時間	内容
2 火	鉄輪温泉地区駐車場(旅館みゆき屋横)	9:00~9:30	肺がん検診
	天間公民館	10:10~10:40	
10 水	朝日大平山地区公民館(火売)	9:00~10:00	肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、骨そしょう症検診 ※先着40人
17 水	浜田温泉第2駐車場(亀川浜田町)	9:00~9:30	肺がん検診
	亀川和幸苑(亀川東町)	10:30~11:00	
24 水	【夕方】別府市保健センター(湯のまちけんこうパーク)	17:00~18:30	肺がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、骨そしょう症、前立腺がん、肝炎ウイルス検診、特定健診 ※先着50人 小4・中2の健康チェック※先着30人
25 木	さわやかハートピア明礬	9:00~10:00	肺がん検診
	恵幸園(小倉)	10:20~11:20	
29 月	ケアハウス楼蘭(鉄輪)	10:20~10:50	肺がん検診
9/2 金	ダイレックス別府幸町店東側駐車場(幸町公民館横)	13:30~14:30	肺がん検診
9/7 水	高倉会計事務所駐車場(光町錦栄温泉西側)	9:20~9:50	肺がん検診
	中島町公民館	10:10~10:40	
	光町西広場	13:30~14:00	
9/11 日	別府市保健センター(湯のまちけんこうパーク)	8:30~10:00	肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん、骨そしょう症、前立腺がん、肝炎ウイルス検診、特定健診 ※先着80人

健診の予約は各健診日の3日前まで  
定員に達し次第終了

※大腸がん検診は検診日の7日前(閉庁日の場合はその前日)までに予約が必要です。  
※8月24日、9月11日の健診はウェブ予約可▼



- 【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生活保護受給者
  - ③住民票の世帯員全ての人に市県民税がかかっていない世帯の人
  - 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。詳しくは市健康推進課へ。

- ◆別府市が実施するがん検診などは、受診方法を問わず年度内1回のみ受診できます。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。
- ◆指定医療機関でも市のがん検診を受診できます。詳細は市ホームページをご確認ください。

【下記でも平日及び一部土日に市のがん検診などを受診できます(要予約)】

- ◎別府市医師会地域保健センター(西野口町) ☎23-2279 ⇒ 8月28日(日)も健診実施
- ◎大分県厚生連健康管理センター(緑丘町) ☎23-7112 ⇒ 7月30日(土)、8月27日(土)も健診実施
- ◎大分総合健診センター(OHC)(上人ヶ浜町) ☎0120-947-734 ⇒ 土曜日の午前も健診実施

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

※土日の健診は日程を変更することがあります。詳細は各健診センターにお問い合わせください。

▲8月24日(水) 別府市保健センターの集団健診でも受診できます  
**小学4年生・中学2年生の健康チェック(無料)**

対象 別府市に住民票がある小学4年生、中学2年生  
場所 市内指定医療機関  
※詳細は6月に送付した個別通知でご確認を。  
申・問 市健康推進課 ☎21-1117

9/30(金)まで

**ノルディック・ウォーク教室**

日時 ①8月13日(土)、②8月25日(木)  
10:30~12:00 ※①②それぞれ申込みが必要。  
場所 北部地区公民館(上人ヶ浜町) 対象 別府市民  
定員 各日20人 内容 ポールの使い方、街歩きなど  
申・問 市健康推進課 ☎21-2188

**南部の手健康講話**

南部地域の困っている住民を助けたいという思いから発足した、医療介護と住民が手と手を繋ぎ合う組織「南部の手」による健康講話です。どなたでも参加可。

日時 8月17日(水) 14:00~15:00  
場所 おひさまパーク3階(南町)  
内容 熱中症・高血圧の予防  
~夏場の水分と塩分の摂取について(仮)~  
講師 医療法人財団百善会 村橋病院  
管理栄養士 吉武直子さん  
申込方法 電話で下記へ申込み  
申・問 市健康推進課 ☎21-2188

**健康推進課の相談会**

場所 別府市保健センター  
 申込方法 電話で市健康推進課へ申込み。※内容によって電話が異なります。

**■育児相談 ☎(21)1117**

日程 平日 9時～16時30分  
 ※午前は申込不要  
 内容 身長・体重測定、子育て・栄養相談など

持ち物 母子健康手帳  
 相談員 管理栄養士、保健師、助産師

**■こどもの発達相談会 ☎(21)1117**

言葉が遅い、動きや人見知り  
 日時 8月9日(火) 9時～15時

相談員 心理職、保健師  
 ※定員に達した場合、お断りすることがあります。

**■年長児の発達相談会 ☎(21)1117**

日時 8月19日(金) 9時～15時  
 対象 発達に困りのある年長児(平成28年4月～平成29年3月生まれ)と保護者



相談員 心理職、保健師  
 ※定員に達した場合、お断り

りすることがあります。

**■個別離乳食相談会 ☎(21)1117**

日時 8月23日(火)、24日(水) 10時～16時  
 ※1組30分程度

対象 概ね7～8か月児の保護者(先着10組)

**■健診結果・栄養相談会 ☎(21)2188**

日時 8月23日(火)～25日(木) 9時～15時30分  
 ※1人1時間程度

対象 健診受診者  
 持ち物 健診結果

**■こころの相談会 ☎(21)2188**

日時・定員 ①8月18日(木) 9時～12時 先着2人

②8月23日(火) 13時30分～16時30分 先着2人  
 ※前日までに申込み(匿名可)

相談員 公認心理師

**8月の心の健康相談会**

日時 8月9日(火) 15時30分(要予約)

内容 精神科医師による精神保健医療福祉相談、認知症相談

場所・申問 東部保健所

☎(67)2511

**オレンジカフェ別府**

日時 8月20日(土) 13:30～15:30  
 場所 野口ふれあい交流センター(野口元町)  
 費用 100円(飲み物代)  
 ※8月17日(水)までに申込み  
 申・問 市介護保険課 ☎21-1463



**こころの電話相談**

日時 8月4日(木) 9:00～12:00 ※1人30分程度  
 相談先 メンタルケアスペース NECO  
 ☎070-1068-2766  
 ※他の人が相談中の場合、つながらないことがあります。  
 問 市健康推進課 ☎21-2188

**8月の幼児の健診と相談**

場所・申・問 市健康推進課(別府市保健センター内) ☎21-1117

種類	内容	受付時間
1歳6か月児健康診査	問診・診察・歯科健診・計測など	13:00～14:30
2歳6か月児歯科健診・相談	問診・歯科健診・計測など	受診方法 郵送で案内が届いてから予約 ※案内に同封している「体調等確認票(感染予防のためのチェックリスト)」をご確認ください。
3歳5か月児健康診査	問診・診察・歯科健診・計測・尿検査・視覚検査など	

お誕生日おめでとう! **すくすく1さい** 8月生まれ <>内は誕生日です

 石脇 颯馬 ちゃん (南荘園町) <2日>	 伊藤 大晴 ちゃん (扇山) <12日>	 立花 明 ちゃん (石垣西7丁目) <12日>	 遠嶋 航平 ちゃん (龜川浜町) <13日>	 丸目 緑 ちゃん (南立石八幡町) <13日>		
		 中村 莉々愛 ちゃん (石垣東8丁目) <15日>	 渡邊 紫耀 ちゃん (風呂本) <16日>	 前田 佳穂 ちゃん (桜ヶ丘) <20日>	 吉武 咲耶 ちゃん (石垣西3丁目) <21日>	 甲斐 碧 ちゃん (桜ヶ丘) <23日>

★1歳の記念にお子さんの写真を掲載しませんか★

応募方法 ①応募フォーム または ②市秘書広報課窓口に写真を持参  
 締切 誕生月の前月7日 ※休日の場合は前開庁日【9月号締切 8月5日(金)】  
 問 市秘書広報課 ☎21-1123

フォームから簡単に  
 応募できます♪



応募について  
 詳しくは  
 ◀こちら