


在宅当番医

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

12月の日曜・祝日			
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
	河野小児科医院 (小)	石垣西7丁目	22-4429
10	宮崎クリニック (内)	亀川東町	66-0022
	衛藤小児科医院 (小)	荘園	85-7881
17	安倍内科医院 (内)	火売	66-6780
	古城小児科医院 (小)	上人仲町	67-5566
24	石垣病院 (内)	実相寺	66-7557
	松井小児科医院 (小)	大畑	24-1911

ヘルスメイトによる減塩料理教室

日時 12月12日(火) 10:00～12:00
 場所 別府市保健センター 対象 別府市在住の人
 定員 先着12人 参加費 500円
 持ち物 エプロン、三角巾、マスク
 申込方法 12月4日(月) 8:30から申込開始。
 電話で下記へ。
 ☎・☎ 別府市食生活改善推進協議会事務局
 (市健康推進課) ☎21-2188 


別府市慢性腎臓病(CKD)予防講座

日時 12月25日(月) 15:00～16:00
 場所 中部地区公民館(南須賀)
 内容 CKD療養における血液・尿検査の確認ポイント
 講師 別府医療センター腎臓内科/血液浄化センター
 医長 菊池秀年先生
 ☎ 市健康推進課 ☎21-2188

シニア向け介護予防フットケア(要予約)

巻き爪や厚い爪などでお困りの人の爪を切ります。
 タコやウオノメなどの足のトラブル相談もできます。
 場所・日程 ①湯都ピア浜脇 12月16日(土)、18日(月)
 ②不老泉 12月14日(木)、17日(日)
 時間 10:00～17:00 ※清掃時間を除く。
 料金 2,000円(1回40分) ※初回の人に限り。
 対象 65歳以上の人 申込方法 電話で下記へ。
 ☎・☎ 介護予防フットケア 堀
 ☎080-6445-8235

オレンジカフェ別府 物忘れが気になる人や

介護している家族の交流・相談の場です。
 日時 12月16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)
 ※12月13日(水)までに電話で下記へ申込み。
 ☎・☎ 市介護保険課 ☎21-1463 

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ので、最新の情報は市ホームページをご確認ください。


年末・年始			
日	医療機関名	所在地	電話
12月31日(日)	別府駅前クリニック(内)	北浜1丁目	25-3030
	畑病院(内)	中島町	21-1371
	松本小児科医院(小)	北浜2丁目	23-5215
	右田眼科医院(眼)	石垣西7丁目	21-9111
1月1日(月)(祝)	別府駅前クリニック(内)	北浜1丁目	25-3030
	矢田こどもクリニック(小)	石垣東4丁目	22-9557
	右田眼科医院(眼)	石垣西7丁目	21-9111
1月2日(火)	別府駅前クリニック(内)	北浜1丁目	25-3030
	中村病院(外)	秋葉町	23-3121
	衛藤小児科医院(小)	荘園	85-7881
	みなと眼科クリニック(眼)	船小路町	22-2270
1月3日(水)	別府駅前クリニック(内)	北浜1丁目	25-3030
	児玉病院(内)	亀川四の湯町	67-1611
	諫山整形外科医院(外)	南荘園町	23-1380
	河野小児科医院(小)	石垣西7丁目	22-4429
	みなと眼科クリニック(眼)	船小路町	22-2270

年末・年始の休日当番歯科

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	医療機関名	所在地	電話
12/29(金)	関の江歯科医院	古市町	78-2171
12/30(土)	加賀谷歯科医院	千代町	26-0333
12/31(日)	セイノ歯科医院 ※9:00～12:00 午後休診	野口元町	23-3581
1/1(月・祝)	別府口腔保健センター	西野口町	21-5657
1/2(火)	高橋あきお歯科	田の湯町	51-4832
1/3(水)	関の江歯科医院	古市町	78-2171

 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
15	金	べっぷ日出農業協同組合	9:30～11:30
24	日	ゆめタウン別府	9:30～12:00 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。

12月の健診だより

市健康推進課 ☎21-2188
※詳細はお問い合わせください。

12月のがん検診・特定健診

健診センター	場所・予約・問合先	強化日程	特記事項
要予約 右記日程以外でも健診を実施しています。予約・詳細は各健診センターへ。 ※健診センターは「マイナ保険証」に対応していません。	大分総合健診センター(〇HC) (北石垣深町851番地) ☎0120-947-734	2日(土)、9日(土) 16日(土)、19日(火) 23日(土)	胃がん検診実施の人には選べる特典を進呈(食事券またはMRI検査優待券)
	別府市医師会地域保健センター (西野口町) ☎23-2279	6日(水)、12日(火) 18日(月)	胃がん検診を実施した人に食事券をお渡しします
	大分県厚生連健康管理センター (緑丘町) ☎75-6154	7日(木)、11日(月) 20日(水)	特定健診とがん検診をセットで申し込むと管理栄養士監修の昼食が付きま

肺がん検診	対象	日時	場所
○肺がん検診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へ。	別府市に住民票がある40歳以上の人	10日(日) 12:00~13:30	朝日園駐車場 (竹の内公民館横)



市ホームページ▲

12月の幼児の健診と相談 場所・☎・市健康推進課(別府市保健センター内) ☎21-1117

種類(対象月齢)	日時	内容	受付時間
1歳6か月児健康診査(令和4年6月生)	22日(金)	問診・診察・歯科健診・計測など	13:15~14:30
2歳6か月児歯科健診・相談(令和3年6月生)	19日(火)	問診・歯科健診・フッ化物塗布☆・計測など	
3歳5か月児健康診査(令和2年7月生)	8日(金)	問診・診察・歯科健診・計測・尿検査・視覚検査など	13:00~14:30

受診方法 要予約。郵送で案内が届いてから予約して受診してください。※対象月以前に生まれた人で健診を受けていない人も受診できます。☆フッ化物塗布は希望者のみ。希望する人は水またはお茶をお持ちください。

健康推進課の相談会	各相談	日時	内容	問合先
場所 別府市保健センター ※育児相談以外は予約が必要です。各問合先へ予約してください。	育児相談	平日 9:00~16:30 ※予約不要	身長・体重測定、子育て・栄養相談 ※母子健康手帳を持参	☎21-1117
	こどもの発達相談会	12月6日(水)、20日(水) 9:00~15:00	言葉が遅いなどの言葉の相談や、動きが激しいなどのかかわり方の相談	
	離乳食スタート講座	12月18日(月) 13:30~14:00	おおむね3~5か月児の保護者 先着15組	☎21-1117 予約フォーム
	離乳食講習会	12月27日(水) 10:30~11:00	おおむね7~8か月児の保護者 先着15組	
	健診結果・栄養相談会	12月15日(金)、18日(月)、 21日(木) 9:00~15:30	健診結果を持参。1人1時間程度。 血管年齢チェックもできます。	☎21-2188

こころの相談

電話相談(予約不要)

日時 12月7日(木) 18:00~21:00
 令和6年1月4日(木) 13:00~16:00
 相談電話 メンタルケアスペース NECO
 ☎070-1068-2766

※1人30分程度の相談です。
 ほかの人相談中の場合、つながらないことがあります。



相談会(要予約)

日時 12月14日(木) 13:00~16:00
 21日(木) 9:00~12:00

場所 別府市保健センター
 定員 各2人(先着順)
 申込方法 前日までに電話で
 下記へ。(匿名可)



☎・市健康推進課 ☎21-2188

ノルディック・ウォーク教室

楽しくフレイル予防 & 健康づくり

- 日時 令和6年1月11日(木)、25日(木)、
2月8日(木) 10:00~11:30
- 場所 中部地区公民館(南須賀) ※集合後、周辺を歩きます。
- 対象 65歳以上の別府市民で、原則3回とも参加可能な人
- 定員 15人(応募多数の場合は初めて参加する人を優先して抽選)
- 申込方法 12月21日(木)までに電話で下記へ。 ※ポールは貸出可。
- ☎・市健康推進課 ☎21-2188

大分県東部保健所からのお知らせ 【場所 東部保健所】

- 12月の心の健康相談会** ☎・東部保健所 ☎67-2511
- 日時 12月12日(火) 15:30~(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
- 夜間エイズ検査** ☎・エイズ相談電話 ☎67-7040
- 日時 12月5日(火) 16:30~19:00(匿名・無料)
- 内容 HIV抗体迅速検査 ※前日までに要予約、当日受付不可。

ゆったりストレッチ教室 追加募集中!!

電話で下記へお問い合わせください。☎・市健康推進課 ☎21-2188