



別府市健康づくり計画「湯のまち別府健康21」  
推進キャラクター「温たま」

1年間大切に保管して、  
効果的にご利用ください。

# 健康特集号

## 休日・夜間診療

**夜間こども診療** 子どもの夜間の急病の診療です。

【受付時間】 19:00～22:30(年中無休)  
【対象者】 乳幼児から中学生まで  
【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)  
【電話番号】 26-4000

**大分県こども救急電話相談**

【受付時間】 月～土曜 19:00～翌日8:00  
日曜・祝日 9:00～17:00、19:00～翌日8:00  
【電話番号】 #8000(097-503-8822)  
【相談内容】

小児科専門医療機関の看護師が、急な病気や事故に関する相談にお答えします。電話による診断・治療はできません。

**休日当番医**

市報「べっぷ」、別府市ホームページ・モバイル(携帯)、新聞にてお知らせしています。

**休日歯科診療**

【受付時間】 土曜 13:00～17:00  
日曜・祝日 9:00～17:00(12時～13時を除く)  
【場所】 別府口腔保健センター(別府市保健センター内)  
【電話番号】 21-5657

**おおいた医療情報ほっとネット**

大分県内の医療機関・休日当番医・薬局などの情報を提供しています。  
<http://iryu-joho.pref.oita.jp/>

内	妊娠中、子どもの健康……………	ページ
	(家庭訪問・健康診査・育児相談会・予防接種等)	
容	大人の健康……………	～ ページ
	(特定健診・各種がん検診等)	
	健康づくり情報……………	ページ

## 別府市保健センター案内図

住所：西野口町15番33号



別府市の健康情報はホームページや  
モバイル(携帯)でも閲覧できます！

ホームページ:

<http://www.city.beppu.oita.jp/>

モバイル:

<http://www.city.beppu.oita.jp/99mobile/>



別府市健康づくり計画「湯のまち別府健康21」のホームページには、すぐに役立つ健康づくり情報が満載！ぜひご覧ください！

別府市ウェブサイト 分野別ページ 保健医療・  
介護・福祉 湯のまち別府健康21 健康づくり情報

## 妊娠中の健康

### 妊娠の届出

産婦人科において、妊娠と診断されたら出来るだけ早い時期に妊娠届出書を提出して、母子健康手帳を受け取りましょう。届出書は市内産婦人科にも用意しています。

届出先:別府市保健センター、各出張所

### 妊娠中の相談

妊娠中の食事や健康について電話や家庭訪問で相談に応じます。育児相談会も利用できます。

### 妊婦健康診査

健やかな妊娠と出産のために、妊婦健康診査を受けましょう。別府市では妊婦健康診査を助成するため、14回分の受診券を母子健康手帳の交付時にお渡ししています。

## 子どもの健康

### 家庭訪問



別府市では赤ちゃんが生まれたすべてのご家庭を訪問し、赤ちゃんの身体計測やお母さんの体調などの健康相談、子育て支援の情報提供を行っています。また妊産婦・乳幼児がいるご家庭を保健師・助産師・管理栄養士が訪問し、相談に応じます。

### 乳幼児健康診査

#### 個別健康診査

母子健康手帳(別冊)の乳児健康診査受診票を使い、大分県内の医療機関で健康診査を一部公費負担で受けられます。

#### 集団健康診査

母子健康手帳、問診票をお持ちください。

4か月児、1歳6か月児、2歳6か月児、3歳5か月児を対象に実施しています。病気の早期発見だけでなく、育児の悩みを相談できたり、多くのお母さんや子どもと出会える場です。

3歳5か月児健康診査のみ事前に問診票等を個別郵送いたします。

【日程】市報、別府市ホームページ、子育て応援カレンダー参照

【受付時間】13:30～14:30

【場所】別府市保健センター

### 相談会

### お気軽にご連絡ください

#### 育児相談会

【日程】市報、別府市ホームページ、子育て応援カレンダー参照

【受付時間】10:00～11:30、14:00～15:30

【場所】別府市保健センター

【従事者】保健師・管理栄養士 6月・11月は歯科衛生士による相談あり。

#### こどもの発達相談会(要予約)

【日程】市報、別府市ホームページ、子育て応援カレンダー参照

【場所】別府市保健センター

【対象】言葉の遅れ、動きが激しい、集中できない等、こどもの発達の遅れが心配される場合や、子どもへの関わり方・しつけに悩んでいる方

【従事者】医師・心理判定士・言語聴覚士・作業療法士・保育士・保健師  
月によって、対応する職種が異なります。

#### 電話相談

【受付時間】月曜～金曜(祝日除く) 8:30～17:00

【従事者】保健師・管理栄養士

妊娠届出書の様式や乳幼児健康診査の問診票(4か月児・1歳6か月児・2歳6か月児)は別府市ホームページよりダウンロードできます。

## 妊娠中・子どもの健康

# 予防接種

お子さんを感染症から守るため、定められた時期・期間内に受けましょう。  
 詳細については事前に各医療機関へお問い合わせください。

# 指定医療機関

予防接種の種類	病気の説明	接種回数	無料で受けられる接種年齢
BCG	結核に対する予防接種です。年間2万人を超える患者が毎年発生しています。	1回	生後6か月未満
ポリオ(2回)	小児マヒに対する予防接種です。感染した人の便中に排泄されたウイルスが口から入り感染します。	6週間以上空けて2回服用(概ね4月・10月に実施)	生後3か月~7歳6か月
三種混合(3回)	ジフテリア菌・百日咳菌・破傷風菌に対する予防接種です。	3~8週間隔で3回	
三種混合(追加)		1期完了後1年~1年6か月間に1回	
二種混合	三種混合の追加接種です。	1回	小学校6年生~13歳未満
MR(1期)		1回	1歳~2歳
MR(2期)	感染力が強い病気です。ワクチンは麻しん・風しんウイルスを弱毒化して作ったものです。	1回	小学校入学前の1年間
MR(3期)		1回	中学校1年生に相当する年齢の者
MR(4期)		1回	高校3年生に相当する年齢の者
日本脳炎(1期)		6~28日間隔で2回	第1期 第2期
日本脳炎(追加)	豚などの体内で増えた日本脳炎ウイルスが蚊によって媒介される病気です。	1期終了1年後に1回	平成7年6月~平成19年3月31日生まれの方
日本脳炎(2期)		1回(9歳以上の方のみ接種可)	平成19年4月1日以降生まれの方
ヒブ	乳幼児の細菌性髄膜炎の半数以上を占めているのがインフルエンザ菌b型(Hib(ヒブ))です。5歳未満の乳幼児がかかりやすく、抗生物質の効かない菌(耐性菌)も増えてきており治療が困難になってきています。	【無料で受けられる年齢】生後2か月~5歳未満 【接種回数】初回免疫3回:4~8週間隔(ただし医師が認めた場合には3週間隔で接種可) 追加免疫1回:初回免疫終了後おおむね1年 【接種時期及び接種スケジュール】 2か月齢以上7か月齢未満(初回免疫3回+追加免疫1回:計4回) 7か月齢以上1歳2か月齢未満(初回免疫2回+追加免疫1回:計3回) 1歳以上5歳未満(1回免疫)	第1期 第2期
小児用肺炎球菌	肺炎球菌による重い感染症(細菌性髄膜炎、菌血症など)を予防できます。感染すると2歳未満の乳幼児で時に致命的で、救命しても後遺症を残す可能性があります。	【無料で受けられる年齢】生後2か月~5歳未満 【接種回数】初回免疫3回:2~7日以上の間隔 追加免疫1回:初回免疫終了後60日以上の間隔 【接種時期及び接種スケジュール】 2か月齢以上7か月齢未満(初回免疫3回+追加免疫1回:計4回) 7か月齢以上1歳2か月齢未満(初回免疫2回+追加免疫1回:計3回) 1歳以上2歳未満(初回免疫1回+追加免疫1回:計2回) 2歳以上5歳未満(1回免疫)	
子宮頸がん予防ワクチン	子宮頸部(子宮の入り口)に出来るがんの予防ワクチンです。若い女性の発症率が増加傾向にあります。子宮頸がんは、初期には無症状で、不正出血やおりものの増加等に気づいた時にはがんが進行していることも少なくありません。	【無料で受けられる年齢】 中学校1年生(13歳相当)~高校1年生(16歳相当)の女子 【接種スケジュール】3回接種 ワクチンの種類によって接種間隔が異なります。 サーバリックス 初回接種 初回接種後1か月 初回接種後6か月 ガーダシル 初回接種 初回接種後2か月 初回接種後6か月	
任意	おたしかかせ 水ぼうそう	耳下腺の腫脹・痛み等を起こします。 水痘・帯状疱疹ウイルスによる感染症。発疹と軽度の発熱を伴います。	有料 かかりつけ医にご相談ください。

指定医療機関名	住所	電話番号	MR	二種混合	子宮頸がん	ヒブ	小児用肺炎球菌	三種混合	日脳	BCG	ポリオ
小児科	衛藤小児科医院	上 人 仲 町 66-2557									
	河野小児科医院	石垣西7丁目 22-4429									
	古城小児科医院	上 人 仲 町 67-5566									
	さとう小児科医院	南 荘 園 町 25-2828									
	松井小児科医院	大 畑 24-1911									
	松本小児科医院	北 浜 2 丁目 23-5215									
	矢田こどもクリニック	石垣東4丁目 22-9557									
[あ]	あおい産婦人科	石垣東8丁目 25-0888									
	あべ消化器・内科クリニック	新 別 府 27-5055									
	安倍内科医院	火 売 66-6780									
	アロハ クリニック	鶴 見 26-2366									
	石川胃腸科医院	東 荘 園 21-5959									
	いとう循環器・麻酔科クリニック	石垣西7丁目 24-1002									
	岩永レディスクリニック	野 口 中 町 23-4371									
	うちくら内科	馬 場 21-5750									
	内田病院	未 広 町 21-1341									
	おおさわクリニック	富 士 見 町 27-0030									
	岡嶋医院	元 町 22-0774									
[か]	垣迫内科医院	松 原 町 23-8131									
	木下医院	上 田 の 湯 24-1849									
	清瀬病院	野 口 中 町 25-1555									
	呼吸器・アレルギー平井医院	鶴 見 22-3366									
	こだま脳神経外科クリニック	石垣東8丁目 22-0272									
[さ]	財前医院	荘 園 町 22-6511									
	さかい内科医院	大 畑 25-0552									
	新森内科医院	石垣東5丁目 25-5261									
	荘園内科クリニック	東 荘 園 27-3800									
[た]	たにぐち糖尿病内科クリニック	東 荘 園 21-7373									
	つねとみ内科胃腸科クリニック	中 須 賀 本 町 67-3600									
[な]	中村たかクリニック	新 港 町 26-2220									
[は]	橋本産婦人科医院	野 口 中 町 24-3232									
	畑病院	中 島 町 21-1371									
	馬場医院	南 立 石 2 区 23-2833									
	原嶋内科医院	荘 園 23-5261									
	飛田内科外科クリニック	廟 山 27-2000									
	平井整形外科医院	田 の 湯 町 24-1511									
	福田内科医院	石垣東3丁目 25-2250									
	別府駅前クリニック	北 浜 1 丁目 25-3030									
	堀循環器科内科クリニック	亀 川 浜 町 27-6786									
[ま]	松岡産婦人科医院	馬 場 22-1577									
	宮崎クリニック	亀 川 東 町 66-0022									
	宮崎内科医院	青 山 町 24-2455									
	みょうばんクリニック	明 登 67-5888									
[よ]	吉賀循環器内科	鉄 輪 東 66-0115									
[わ]	渡邊医院	光 町 23-0564									
	渡部内科循環器科クリニック	未 広 町 23-5800									

印は乳幼児・児童・生徒・一般が接種できます。  
 印は児童・生徒・一般が接種できます。

お知らせ  
 母子健康手帳をご持参ください。

接種の際は住所、生年月日等が分かるもの(別府市子ども医療受給資格者証等)をご持参ください。

予診票は各医療機関にあります。MR3・4期、子宮頸がん予防ワクチンで保護者が同伴しない場合の予診票は別府市ホームページでもダウンロードできます。

# 妊娠中・子どもの健康

# 大人の健康

**特定健診** メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を早期に発見し、生活習慣病の予防・改善を目的とした健診です。

**特定健診の受け方・健診料等については、ご加入の医療保険者にお問い合わせください。** 生活保護世帯の方は健康づくり推進課にお問い合わせください。別府市国民健康保険被保険者の方(40~74歳)、後期高齢者医療被保険者の方(75歳以上 一部65歳以上~74歳を含む)は ページの指定医療機関でお受けください。

対象	問合せ先	
別府市国民健康保険被保険者の方	(健診全般、受診券再交付について)	別府市役所保険年金課 TEL 21-1158
大分県後期高齢者医療被保険者の方	(健診全般について)	別府市役所保険年金課 TEL 21-1158
	(受診券再交付について)	大分県後期高齢者医療広域連合 TEL 097-534-1771

**がん検診等** 市の助成により検診料が安価！

検診にかかる費用は、数千円から数万円に及ぶことがあります。しかし、別府市の検診を受けると、数百円程度の自己負担で受けることができ、大変お得です。

検診の種類	内容	対象者	受診方法	自己負担金	実施場所と時期
結核・肺がん検診	胸部エックス線間接撮影	40歳以上	集団	無料	ページ参照
大腸がん検診	2日間の便の潜血検査	40歳以上	個別	1,000円	平成24年5月1日~12月15日
			集団	容器代300円(配布時) 検診料400円(検体提出時)	ページ参照
胃がん検診	バリウムによるエックス線撮影	30歳以上	集団	1,000円	ページ参照
前立腺がん検診	血液検査による腫瘍マーカー(PSA)検査	50歳以上	個別	900円	平成24年5月1日~12月15日
乳がん検診	マンモグラフィー(乳房のエックス線撮影)、視触診(集団の場合、視触診はありません。)	40歳以上の女性	個別	1,200円	平成24年5月1日~12月15日
			集団	700円	ページ参照
子宮頸がん検診	子宮頸部(子宮の入り口)からとった粘膜の細胞診	20歳以上	個別	1,100円	平成24年4月1日~平成25年3月31日
			集団	900円	ページ参照
骨密度健診	かかとでの超音波検査	30歳以上の女性	集団	600円	ページ参照
肝炎ウイルス検診	血液検査によるB型、C型肝炎ウイルス検査	40歳以上で、これまで肝炎ウイルス検査を受けたことのない方	個別	B型のみ600円 C型のみ1,100円 B+C型1,200円	平成24年5月1日~12月15日

**次の方は自己負担金が免除されます**

**満70歳以上の方**  
年齢の確認できるものをご持参ください。  
**満65~69歳で後期高齢者医療被保険者の方**  
後期高齢者医療被保険者証をご持参ください。  
**生活保護世帯の方**  
診療依頼証をご持参ください。  
**市民税非課税世帯に属する方**  
課税課 番市税証明総合窓口または各出張所で発行する税額証明書が必要です。1健診につき1通必要になります。ただし、同日・同会場で複数の健診を受診する場合は1通で受診可能です。証明書は無料です。

なお、当該年度の市民税額が確定する(6月中旬予定)までの期間は前年度の課税状況によります。

**注意事項**  
**胃がん検診**：検査当日は食事・飲み物・煙草等を口にしないでください。服装は金具・ボタン類のない衣服を着用。  
**乳がん検診**：ベースメーカー装置植え込み術や豊胸術を受けている方は受診できません。撮影障害になるため、制汗スプレーなどの使用はご遠慮ください。  
**子宮頸がん検診**：生理中の方はご相談ください。  
**骨密度健診**：かかとでの測定になるので、ストッキング等の脱ぎにくい着衣は避けてください。

対象者の年齢は平成24年度に到達する年齢です。

# 大人の健康

# 集団健診

●乳がん検診・夜間の子宮頸がん検診は、予約が必要です。その他の検診は当日会場で受け付けします。

予約は健康づくり推進課に電話：21-1117 で8:30から受け付けします。定員になり次第終了しま

月	日	曜	会場	胃	肺	大腸	骨	子宮	乳 要予約	乳がん等 予約開始日	
4	17	火	ゆめタウン別府正面玄関前		13:30 ~ 15:00			13:30~15:00		4月6日 (定員80名)	
	22	日	別府市保健センター	8:30~10:30 【配布】							4月12日 (定員160名)
	24	火	JAべっぴん日出亀川駅前支店					13:30~15:00		4月13日 (定員80名)	
	27	金	別府市保健センター	8:30~10:30 【回収】							
5	14	月	南部地区公民館	8:00~10:00							
	17	木	扇山公民館					13:30~15:00		5月7日 (定員80名)	
	20	日	別府市保健センター	8:30~10:30 【配布】							5月10日 (定員80名)
	25	金	朝日・大平山地区公民館					13:30~15:00		5月15日 (定員80名)	
6	19	火	JAべっぴん日出亀川駅前支店	8:00~10:00							
7	18	水	別府市保健センター		夜間 【配布】 18:30~19:30 ※子宮頸がん検診要予約						7月6日 (定員80名)
	25	水	別府市保健センター		13:30 ~ 15:00			【回収】			
	27	金	JAべっぴん日出亀川駅前支店					13:30~15:00		7月17日 (定員80名)	
	31	火	トキハ別府店					13:30~15:00		7月20日 (定員80名)	
8	7	火	別府市保健センター		夜間 【配布】 18:30~19:30 ※子宮頸がん検診要予約						7月27日 (定員80名)
	17	金	別府市保健センター		13:30 ~ 15:00			【回収】			
	24	金	別府市役所	8:00~10:00							
	26	日	別府市保健センター	8:30~10:30 【配布】							8月16日 (定員80名)

月	日	曜	会場	胃	肺	大腸	骨	子宮	乳 要予約	乳がん等 予約開始日	
8	30	木	別府大学		13:30 ~ 15:00			13:30~15:00		8月20日 (定員80名)	
	31	金	別府市保健センター	8:30~10:30 【回収】							
9	5	水	別府市保健センター		夜間 【配布】 18:30~19:30 ※子宮頸がん検診要予約						8月24日 (定員80名)
	12	水	別府市保健センター		13:30 ~ 15:00			【回収】			
	18	火	すきっぷパーク (内竈保育所隣)					13:30~15:00		9月7日 (定員80名)	
	27	木	南立石公園 (みどりの相談所)	8:00~10:00							
10	1	月	南部地区公民館					13:30~15:00		9月20日 (定員80名)	
	13	土	別府市保健センター	8:30~10:30 【配布】							10月3日 (定員160名)
	19	金	別府市保健センター		13:30 ~ 15:00			【回収】			
11	7	水	別府市役所		8:30 ~ 10:30			【配布】			
	14	水	別府市役所	8:30~10:30 【回収】							
	16	金	扇山公民館	8:00~10:00							
	21	水	JAべっぴん日出亀川駅前支店					13:30~15:00		11月9日 (定員80名)	
	25	日	別府市保健センター	8:30~10:30 【配布】							11月15日 (定員80名)
12	30	金	別府市保健センター		13:30 ~ 15:00			【回収】			
	3	月	別府市役所		13:30 ~ 15:00			【配布】			
1	10	月	別府市役所	8:30~10:30 【回収】							
	30	水	JAべっぴん日出亀川駅前支店	8:00~10:00							
2	17	日	別府市保健センター	8:30~10:30 【配布】							2月7日 (定員160名)
	22	金	別府市保健センター		13:30 ~ 15:00			【回収】			

※結核・肺がん検診は、掲載以外の町内公民館等で平成24年4月～平成25年2月まで行っていますので、市報にてご確認ください。

☆日程が変更になる場合がありますので、各月市報にてご確認ください。

# 大人の健康⑤

# 個別健診

実施期間：平成24年5月1日～12月15日

今年度は期間拡大しています。

子宮頸がん検診は平成24年4月1日～平成25年3月31日まで  
後期高齢者健診は平成24年5月1日～平成25年3月31日まで

【注意】 は予約不要、 は要予約。 指定医療機関等の変更がある場合がありますので、ご了承ください。

平成24年1月末現在

指定医療機関名	TEL	住所	特 定 健 診	後 期 高 齢 者	大 腸 前 立 腺	肝 炎	乳	子 宮
あ あおい産婦人科	25-0888	石垣東8丁目						
あべ消化器・内科クリニック	27-5055	新 別 府						
安部第一医院	23-3345	上野口町						
安倍内科医院	66-6780	火 売						
有馬医院	25-3211	石垣西6丁目						
石垣病院	66-7557	実相寺						
石川胃腸科医院	21-5959	東 荘 園						
いとう循環器・麻酔科クリニック	24-1002	石垣西7丁目						
岩永レディースクリニック	23-4371	野口中町						
うちくら内科	21-5750	馬 場						
内田病院	21-1341	未広町						
大分先端画像診断センター	66-4116	上人ヶ浜町						
おおさわクリニック	27-0030	富士見町						
岡嶋医院	22-0774	元 町						
か 垣迫内科医院	23-8131	松原町						
金子内科医院	25-5755	石垣東1丁目						
亀川サンクリニック	66-0390	内 籠						
菊池内科医院	23-0550	南立石八幡町						
北崎医院	22-8171	青山町						
木下医院	24-1849	上田の湯町						
木村クリニック	24-2002	上田の湯町						
木村内科医院	21-1278	朝見3丁目						
九州大学病院 別府病院	27-1600	鶴見原						
清瀬病院	25-1555	野口中町						
久保田アネックスクリニック	25-6363	石垣東10丁目						
黒木記念病院	67-1211	照波園町						

ページ左表へ続く

指定医療機関名	TEL	住所	特 定 健 診	後 期 高 齢 者	大 腸 前 立 腺	肝 炎	乳	子 宮
た 高橋内科医院	21-3151	朝見1丁目						
武井医院	24-3411	幸 町						
たなか乳腺外科・内科クリニック	25-5200	中 央 町						
たにぐち糖尿病内科クリニック	21-7373	東 荘 園						
千馬内科医院	21-0715	楠 町						
つねとみ内科胃腸科クリニック	67-3600	中須賀本町						
局 医 院	21-1947	南 荘 園 町						
鶴見台病院	22-0336	鶴 見						
トヨナガ医院	25-0555	未広町						
な 中村たかクリニック	26-2220	新 港 町						
中村病院	23-3121	秋 葉 町						
は 橋本産婦人科医院	24-3232	野口中町						
畑 病 院	21-1371	中 島 町						
馬場医院	23-2833	南立石2区						
浜脇記念病院	22-2228	浜脇1丁目						
原嶋内科医院	23-5261	荘 園						
飛田内科外科クリニック	27-2000	扇 山						
平井整形外科医院	24-1511	田の湯町						
ヒロセ内科医院	21-3030	駅前本町						
福田内科医院	25-2250	石垣東3丁目						
藤吉乳腺クリニック	75-6029	東 荘 園						
別府駅前クリニック	25-3030	北浜1丁目						
別府温泉病院	67-1131	野 田						
別府中央病院	24-0001	北的ヶ浜町						
堀循環器科内科クリニック	27-6786	亀川浜田町						
ま 松井小児科医院	24-1911	大 畑						

ページ右表へ続く

大人の健康

指定医療機関名	TEL	住所	特定 健診	後 期 高 齢 者	大腸	前立腺	肝炎	乳	子宮
河野小児科医院	22-4429	石垣西7丁目							
呼吸器・アレルギー-平井医院	22-3366	鶴見							
呼吸器クリニック 甲斐医院	22-0986	野口元町							
国立病院機構西別府病院	24-1221	鶴見							
国立病院機構別府医療センター	67-1111	内竈							
古城循環器クリニック	25-3811	石垣東6丁目							
児玉内科医院	23-0777	北浜3丁目							
こだま脳神経外科クリニック	22-0272	石垣東8丁目							
児玉病院	67-1611	亀川四の湯町							
国家公務員共済組合連合会新別府病院	22-0391	鶴見							
さ財前医院	22-6511	荘園							
さかい内科医院	25-0552	大畑							
上人病院	66-4111	上人ヶ浜町							
新森内科医院	25-5261	石垣東5丁目							
末宗内科医院	22-1824	上田の湯町							
荘園内科クリニック	27-3800	東荘園							

指定医療機関名	TEL	住所	特定 健診	後 期 高 齢 者	大腸	前立腺	肝炎	乳	子宮
松岡産婦人科医院	22-1577	馬場							
松原医院	25-1033	松原町							
宮崎クリニック	66-0022	亀川東町							
宮崎内科医院	24-2455	青山町							
みょうばんクリニック	67-5888	明礬							
ミヨシ医院	25-2727	石垣西2丁目							
村上神経内科クリニック	26-1717	山の手町							
村橋病院	23-3231	千代町							
餅ヶ浜内田医院	23-5365	餅ヶ浜町							
森澤医院	66-3100	中須賀東町							
や山口病院	26-3535	汐見町							
横井内科クリニック	26-6111	鶴見園町							
吉賀循環器内科	66-0115	鉄輪東							
吉武内科医院	21-5755	扇山							
わ渡邊医院	23-0564	光町							
渡部内科循環器科クリニック	23-5800	末広町							

## 別府市セット検診 \*完全予約制\*

【対象】 40歳以上の別府市民 (乳がん検診、骨密度健診は女性のみ。前立腺がん検診は50歳以上を対象)  
【実施期間】 平成24年5月1日～12月15日 今年度は期間拡大しています。

実施場所

別府市医師会地域保健センター (予約先 23-2279)  
大分県厚生連健康管理センター (予約先 23-7112) 肝炎ウイルス検診はB+C型のみ実施  
大分総合健診センター(OHC) (予約先 66-4113) 肝炎ウイルス検診はB+C型のみ実施

各センターで胃がん・肺がん検診等、同時に複数受診することができます。  
特定健診、後期高齢者健診との同時受診も可能ですので、各センターにお問合せください。

検診の種類	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	前立腺がん検診	子宮頸がん検診	乳がん検診	骨密度健診	肝炎ウイルス検診		
								B+C型	B型のみ	C型のみ
自己負担金 免除制度あり(ページ参照)	2,700円	700円	1,000円	900円	1,100円	1,200円	600円	1,200円	600円	1,100円

大人の健康

## 別府市民の健康づくり拠点施設

# 別府市保健センター『湯のまち けんこうパーク』で健康づくり！

健康づくりの事業について一部をご紹介します！元気でいきいきとした生活を送るために、積極的に活用しましょう。

### 健康相談

赤ちゃんから高齢者まで  
どなたでもご利用できます！

#### 育児相談会（予約不要）

#### 血管イキキ教室（予約不要）

内 容：健康に関する講話  
健診結果相談  
栄養・運動等に関する相談  
従事者：保健師・管理栄養士  
健康運動指導士

毎月開催しています。

いつでもご相談ください！

保健センターでは、保健師・管理栄養士・健康運動指導士が電話、訪問による相談に応じます。

\*なお、業務の都合により、管理栄養士・健康運動指導士が不在の場合もありますので、来所・訪問は予めご連絡ください。

### 健康づくり教室

#### 離乳食講習会

「赤ちゃんに何を、どのくらい食べさせたらいいの？」そんな悩みを解消するための講習会です。

月齢に合わせた食材の固さや1回量の目安などを確認できます。  
離乳食のはじめ方や進め方については、毎月行う4か月児健診でもご説明いたします。

#### 初心者料理講習会

生活習慣病予防、正しい食生活に関するお話しと簡単な調理実習を行います。料理をしたことない方はぜひこの機会にご参加を！

#### 元気アップ教室

『運動』『栄養』『休養』は健康で豊かな生活を送るための3本柱です。特に、青年期からの健康づくりは壮年期・老年期における健康に大きく影響します。そのため、健康づくりにおける『運動』『栄養』『休養』のポイントを知り、自身の健康管理に関心を持つきっかけづくりとして参加してみませんか？



別府市健康づくり計画「湯のまち別府健康21」  
推進キャラクター「湯たま」

各事業の詳細は市報をご覧ください！

### 児童・生徒の生活習慣病予防健診

別府市内にお住まいの小学4年生・中学2年生が対象です。血液検査、身体計測、血圧測定等により、現在の体の状態を確認するだけでなく、将来の生活習慣病を予防するためのものです。健やかに成長するために、無料で受けられる機会にぜひ受診しましょう！

#### NEW 大腸がん 40歳節目検診

今年度40歳となる別府市民を対象に、壮年期の健康づくりのスタートとしていただくため「大腸がん40歳節目検診」を始めます。対象者には個別にお知らせいたします。この機会にぜひ受診して健康づくりに役立てましょう。

### 高齢者の予防接種 (インフルエンザ)

例年10月頃より、インフルエンザ予防接種が市内各医療機関で始まります。満65歳以上の方は、接種費用の一部助成があります。重症化予防のために、予防接種を受けましょう。

## 健康づくり情報