

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

健康相談員として保健師・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、健康管理や日常生活での改善点などの相談を行います。対象者には事前に案内を郵送します。

◎75歳以上の健康診査

受診券の有効期限 令和6年3月31日(日)  
※医療機関に予約が必要です。受診の際は健康診査受診券(青色のはがき)と保険証をお持ちください。

◎後発医薬品(ジェネリック医薬品)をご存じですか

ジェネリック医薬品は先発医薬品より安価で経済的で、効き目や安全性は先発医薬品と同等です。利用にはかかりつけ医や薬局の薬剤師へご相談を。

☎ 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

認知症サポーター養成講座

日時・場所

8月15日(火) ①10:00~11:30 社会福祉協議会(上田の湯町)、②13:30~15:00 おひさまパーク(南町)、③8月22日(火)10:00~11:30 あすなる館(平田町)

内容 認知症の基礎知識や認知症の人への接し方  
対象 認知症に関心のある人、認知症の人への接し方を学びたい人で、これまで講座を受講したことがない人

申込方法 電話で下記へ。

☎・☎ 別府市社会福祉協議会 ☎26-6070

ヘルスメイトによる おやこ料理教室

日時 8月22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5歳から小学生の子どもと保護者

定員 先着6組(大人1人・子ども1人/組)

参加費 大人200円、子ども100円

持ち物 エプロン、三角巾、マスク

申込方法 8月7日(月)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



“あと2杯”の水飲み習慣  
水分補給で熱中症などの対策を!

のどの渇きは脱水が始まっている証拠です。渇きを感じてから水を飲むのではなく、渇きを感じる前に水分をとることが大切です。

寝る前後、スポーツの前後、入浴の前後及び飲酒の後などは、特に水分補給を心がけましょう。

☎ 市上下水道局 ☎23-3108  
市健康推進課 ☎21-2188

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ので、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
6	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
	矢田こどもクリニック(小)	石垣東4丁目	22-9557
11	おおさわクリニック(内)	富士見町	27-0030
	衛藤小児科医院(小)	荘園	85-7881
13	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
20	新森内科クリニック(内)	石垣東5丁目	25-5261
	河野小児科医院(小)	石垣西7丁目	22-4429
27	荘園内科クリニック(内)	東荘園	27-3800
	松井小児科医院(小)	大畑	24-1911
9 / 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
	矢田こどもクリニック(小)	石垣東4丁目	22-9557

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	金	荘園豊田歯科	鶴見町	22-1611
12	土	まつもと歯科医院	幸町	25-1118
13	日	安部徹歯科医院 CTインプラントオフィス	荘園	75-9321
14	月	北浜さとう歯科クリニック	北浜2丁目	25-5577
15	火	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。



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)

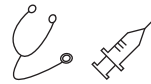
☎ 市健康推進課 ☎21-2188

日	曜	場所	時間
2	水	東部保健所	14:15~16:30
6	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。新型コロナウイルス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。



# 8月の健診だより



市健康推進課

☎ 21-2188

## 8月のがん検診・特定健診

健診センター	場所・予約・問合せ先	強化日程	特記事項
<b>要予約</b> 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(OHC) (北石垣深町851番地) ☎ 0120-947-734	5日(土)、12日(土)、 15日(火)、19日(土)、 26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	17日(木)、22日(火)、 28日(月)	子宮頸がん検診は女性医師、乳がん検診は女性技師の実施日があります
	大分県厚生連健康管理センター (緑丘町) ☎ 75-6154	7日(月)、17日(木)、 22日(火)	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す

日程	時間	場所
1日(火)	9:00~9:30	鉄輪温泉地区駐車場 旅館みゆき屋横
	10:00~10:30	ケアハウス楼蘭(北鉄輪)
2日(水)	9:30~10:00	天間公民館
22日(火)	9:00~10:00	さわやかハートピア明礬
	10:30~11:30	恵幸園(小倉)
23日(水)	10:00~10:30	亀川和幸苑(亀川東町)
30日(水)	9:30~10:00	中島町公民館
	10:30~11:00	山本病院職員駐車場(錦栄温泉向い)
	13:30~14:00	光町西広場
9/1(金)	13:30~14:30	ダイレックス別府幸町店東側駐車場(幸町公民館横)
9/7(木)	9:30~10:00	山の口公民館
	10:30~11:00	椿公民館(東山2区)

### 肺がん検診

予約不要

○肺がん検診車で検診ができない障がいのある人は下記で受診できます(要予約)。

#### 検診時間

9:00~16:00  
(土日祝日除く)

#### 場所・☎・📍

別府市医師会地域保健センター  
☎ 23-2279

### 健診の内容

受診は別府市に住民票がある人に限ります。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回のみです(肝炎ウイルス検診は一生に1回のみ)。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。

料金などは市報4月号と一緒に配布した「別府市民健康特集号」や市ホームページをご覧ください。市健康推進課へお問い合わせください。



各種健診	対象(令和6年3月31日時点の年齢)	
肺がん、胃がん、大腸がん、肝炎ウイルス	40歳以上	※次の方は自己負担金が免除されます。健診時に各種証明書を必ずお持ちください。健診当日にお持ちいただけない場合は免除になりません。 ①70歳以上の人(今年度70歳になる人も含む):年齢が確認できるもの ②生活保護受給者: 診療依頼証(当該月の印があるもの) 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: 令和5年度(令和4年分)の所得・税額証明書 ④満65~69歳で特定の障がいなどによる後期高齢者医療被保険者:後期高齢者医療被保険者証
乳がん	40歳以上の女性	
子宮頸がん	20歳以上の女性	
骨粗しょう症	40・45・50・55・60・65・70・75・80・85・90・95・100歳…の女性	
前立腺がん	50歳以上の男性	
特定健診	40~74歳の別府市国民健康保険、大分県後期高齢者医療保険の加入者等	

健康推進課の相談等

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。


■こどもの発達相談会

日時 8月16日(水)、23日(水)  
 ☎(21)11117  
 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。


■離乳食スタート講座

日時 8月29日(火)  
 ☎(21)11117  
 13時30分～14時

対象 概ね3～5か月児の保護者(先着15組)  


■離乳食講習会

日時 8月24日(木)  
 ☎(21)11117  
 10時30分～11時

対象 概ね7～8か月児の保護者(先着15組)  
  
 ※離乳食スタート講座と離乳食講習会は  
 ウェブ予約も  
 できます▼



■健診結果・栄養相談会

日時 8月21日(月)～23日(水)  
 ☎(21)21188  
 9時～15時30分

※1人1時間程度。脳年齢チェックもできます。

対象 健診受診者  
 持ち物 健診結果  
 ■南部の手健康講話  
 ☎(21)21188

日時 8月16日(水)  
 14時～15時

場所 おひさまパーク(南町)  
 内容 元気で長生きのツボ  
 講師 村橋病院 理学療法士  
 土谷さん、言語聴覚士 岩尾さん、鍼灸師 和泉さん  
 ※どなたでも参加できます。

小4・中2の健康チェック

期限 9月30日(土)まで  
 対象 別府市に住民票のある小学4年生・中学2年生  
 場所 市内指定医療機関  
 検診料 無料  
 ※詳細は個別通知をご確認  
 いただくか、左記へお問い合わせください。

市健康推進課  
 ☎(21)11117

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 8月19日(土)  
 13時30分～15時30分

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16日(水)までに申込み  
 市介護保険課  
 ☎(21)14663

自死遺族のつらい

日時 9月6日(水) 14時～16時(受付13時30分)  
 対象 大切な人を自死で亡くされたご遺族  
 内容 気持ちの分かち合い  
 申込方法 8月30日(水)までに電話で左記へ。

場所・申問 大分県こころからだの相談支援センター(大分市大字玉沢)  
 ☎097(541)6290

8月の心の健康相談会

日時 8月8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

こころの電話相談(予約不要)

日時 8月3日(木) 13:00～16:00  
 9月7日(木) 9:00～12:00  
 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。ほかの人が相談中の場合、つながらないことがあります。

こころの相談会(要予約)

日時 8月10日(木) 13:00～16:00 先着2人  
 8月17日(木) 9:00～12:00 先着2人  
 場所 別府市保健センター  
 申込方法 前日までに電話で下記へ(匿名可)。  
 市健康推進課 ☎21-21188

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、自分で爪を切ることが困難な人の爪を切ります。タコ・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 8月7日(月)、9日(水)、12日(土) ②不老泉 8月8日(火)、10日(木)、11日(金・祝)、13日(日)  
 時間 10:00～17:00 ※清掃時間を除く  
 料金 1,000円(1回40分)  
 対象 65歳以上の人  
 申込方法 電話で下記へ。  
 市健康推進課 ☎080-6445-8235



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) ☎21-11117

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・フツ化物塗布☆・計測など	郵送で案内が届いてから予約
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	持ち物 アンケート用紙、母子健康手帳、バスタオルなど

☆フツ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。