

平成27年度

健康特集號

內容

- 接受檢查的方法・檢查費用・・・・・・・・②③頁
- 集體健康檢查的日期・・・・・・・・④頁
- 指定健康檢查、後期高齡者健康檢查等・・・・⑤頁
- 醫療機關一覽表・・・・・・・・⑥⑦頁
- 健康情報・・・・・・・・⑧頁

為了您的健康、請妥善保管一年時間。



～健康推進計劃・飲食教育推進計劃～
溫泉城市別府健康21吉祥物
「溫泉蛋」

節假日・夜間就診

節假日當班醫生

醫生信息將刊登在市報「別府」，別府市官方網站，移動電話官方主頁以及報紙上。

節假日牙醫就診

【就診時間】 週六 13:00～16:30
週日・節假日 9:00～11:30
13:00～16:30

【地點】 別府口腔保健中心（別府市保健中心內）
電話 0977-21-5657

夜間兒童急診

【急診時間】 19:00～22:30（全年無休）
【對象】 嬰幼兒～中學生
【地點】 別府市醫師會地區保健中心
（別府市保健中心內）
電話 0977-26-4000

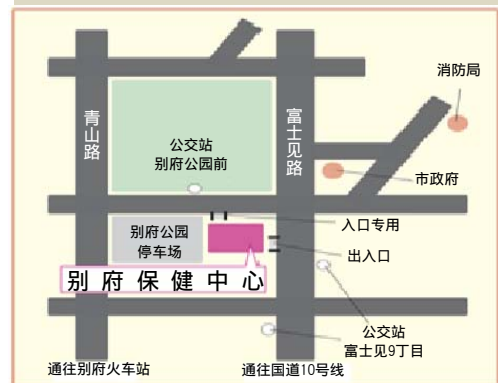
大分醫療信息網

提供大分縣內的醫療機構・節假日當值醫生・藥局等信息。
<http://iryo-joho.pref.oita.jp/>



別府市保健中心示意圖

地址：西野口町15番33號



別府市保健中心（湯之街健康公園）是由別府市健康保健課、別府市醫師會地區保健中心、別府市口腔保健中心3個組織所設立的包含有「夜間兒童急診」和「節假日牙科就診」機能的設施。

～別府市健康信息頁可以通過別府市主頁或移動設備瀏覽！～

別府市主頁：<http://www.city.beppu.oita.jp/>
刊登在『分類』中的『醫療保健・護理・福利』頁內

移動設備：<http://www.city.beppu.oita.jp/99mobile/>
刊登在『健康・育兒』頁內



二維碼

別府市健康保健課

別府市保健中心（湯之街健康公園）內
電話 0977-21-1117

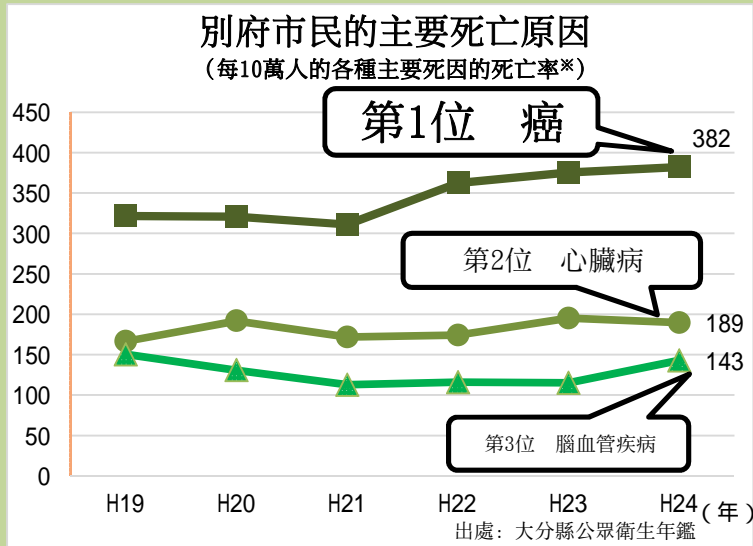
①

受診方法和費用

每年一次的癌檢查、你做了嗎？

- 別府市的癌症死亡率要高於全國平均癌症死亡率。
- 相反，別府市的癌受診率則遠遠低於全國平均癌受診率。
- 在日本，2人中就有1人患癌症，3人中就有1人因癌症死亡。
- 癌是壯年期人群（20～60歲）的主要死亡原因。

但是，多數情況下，癌的早期發現將有利於縮短治療的時間、減輕身體的負擔和減少治療費用。



主要死因的死亡率是指根據地區人口規模和調整年齡結構差而取得的死亡狀況。

別府市民的
主要死亡原因的第1位是癌。

其中，肺癌和肝癌的死亡率最高。

別府市對比全國平均
 肺癌的死亡率約是全國平均的
1.10倍 (男性1.07倍、女性1.31倍)
 肝癌的死亡率約是全國平均的
1.38倍 (男性1.31倍、女性1.60倍)
 其死亡率是非常高的！

出處：大分縣福祉保健策劃課
「平成24年度大分縣健康指標計算體系」



檢查種類

確定符合自己年齡的癌症檢查項目。

● ◎ ○
 只限男性 只限女性 男女皆可

	20～29歲	30～39歲	40～49歲	50歲以上	檢查內容
胃癌檢查					X線鋇餐檢
肺癌檢查					胸部X線檢查
大腸癌檢查					便潛血檢查
前列腺癌檢查					血液檢查
子宮頸癌檢					宮頸細胞學檢
乳癌檢查					乳房x光攝影
骨密度檢查					腳跟骨超聲波檢測
肝炎病毒檢查 <small>至今沒有接受過血檢的人</small>					血液檢查

工作單位如有相關檢查計劃的，請本人及家屬積極參與。

* 以本年度(2015年4月1日至2016年3月31日)的年齡為準。

檢查費用

根據受診地的不同，檢查的種類和費用(本人負擔費)也會有所不同。

通過本市的補助，受診費用只需正常費用的3分之1~7分之1!!

① 健康檢測中心

您可以在以下3所健康檢測中心接受檢查。
一次可以同時接受多個項目的檢查。

預約制

別府市醫師會地區保健中心 (西野口町) 諮詢電話 0977-23-2279
大分縣厚生連健康保健管理中心 (綠丘町) 諮詢電話 0977-23-7112
大分綜合健康檢測中心(OHC) (上人浜町) 諮詢電話 0977-66-4113
受診期間：2016年5月1日~2017年2月29日

檢查內容	胃癌	肺癌	大腸癌	前列腺	子宮頸癌	乳癌	骨質疏鬆	肝炎病毒檢查		
								B+C型	B型	C型
費用	2,700	700	1,000	900	1,100	1,200	600	1,200	600	1,100

② 集體健康檢

受診車(巴士)內接受檢查。
具體日程請參照第④頁。

檢查	胃癌	肺癌	大腸癌	前列腺	子宮頸	乳癌	骨質疏鬆	肝炎病毒檢查		
								B+C型	B型	C型
費用	1,000	免費	700	×	900	700	600	×	×	×

③ 個人健康檢

可以到附近的醫院或者經常就診的醫生處接受檢查。
具體請參照第⑥⑦頁的醫療機構。

檢查	胃癌	肺癌	大腸癌	前列腺	子宮頸	乳癌	骨質疏鬆	肝炎病毒檢查		
								B+C型	B型	C型
費用	×	×	1,000	900	1,100	1,200	×	1,200	600	1,100

符合以下標準的將免收受診費用

- 70歲以上(包括今年70歲生日的人)請攜帶可以證明本人年齡的證件。
- 領取生活保障金的人 請攜帶診療依賴症。
- 不需要納市民稅的人
需要提交納稅課①市稅綜合窗口，或市政廳分局所發行的納稅證明。在別府市申請發行此證明是免費的。
每次受診都需提交此證明。同一天·同一地點進行多個項目檢查的，只需要提交1次。
本年的市民稅(6月中旬)還沒有確定之前，請提交前一年的納稅證明。
- 年滿65~69周歲，且取得後期高齡醫療被保險人的特別殘障人士。
請攜帶後期高齡醫療被保險人證。

注意事項

- 僅限住民票在別府市內的居民。
- 同一檢查，1年度內只能接受一次。
- 若在意自己的症狀，請向相關醫生諮詢。
- 懷孕婦女不能接受如X線檢測等檢查。具體請與主治醫生諮詢。
- 胃癌檢查：前一天晚21點以後請勿飲食、飲水、吸煙。
有服用藥物的人請事先與主治醫生或相關醫療機關諮詢。
- 乳癌檢查：體內有植入起搏器者、接受過豐胸手術者不能接受檢查。為了不影響攝影效果，受診前請不要使用止汗噴霧劑等用品。
- 子宮頸癌、大腸癌檢查：請避開生理期。
- 骨密度檢查：需要檢測腳跟骨，請不要穿長襪等不易脫的鞋襪。

集體健康檢測的日期

乳癌檢查以及夜間的子宮頸癌檢查需要預約。【預約電話】0977-21-1117（工作日8:30~17:00）

月	日	星期	地點	所在地	胃癌	肺癌	大腸癌	子宮頸癌	乳癌（需要預約）	骨質疏鬆症	乳癌等預約開始日期
4	3	五	上人小學校	上人西	8:30~10:00					3月24日（週二）	
	19	天	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					4月9日（週四）	
5	22	五	竹の内公民館	竹の内	8:30~10:00					5月12日（週二）	
	24	天	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					5月14日（週四）	
6	14	天	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					6月4日（週四）	
	30	二	ゆめタウン別府 正面玄関前	楠町		13:30~14:30				6月18日（週四）	
7	4	六	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					6月24日（週三）	
	17	五	朝日・大平山地区公民館	火売		13:30~14:30				7月7日（週二）	
	29	三	別府市保健センター	西野口町		18:00~19:30				7月16日（週四） ※开始接受子宮頸癌检查的预约	
8	20	四	大分県別府総合庁舎 （東部保健所・別府土木事務所 所在地）	北中	9:00~10:00					8月10日（週一）	
	28	五	別府市保健センター	西野口町		18:00~19:30				8月18日（週二） ※开始接受子宮頸癌检查的预约	
9	10	四	人權啓発センター	石垣東10丁目	8:30~9:30						
	16	三	別府市保健センター	西野口町		13:30~14:30		13:30~14:30		9月3日（週四）	
	17	四	みどりの相談所（南立石公園内）	南立石2区	8:30~9:30						
	26	六	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					9月16日（週三）	
10	8	四	扇山公民館	扇山	8:30~9:30						
	14	三	扇山公民館	扇山		13:30~14:30		13:30~14:30		10月1日（週四）	
	22	四	南部地区公民館	浜脇1丁目	8:30~9:30						
	25	天	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					10月15日（週四）	
	26	一	南部地区公民館	浜脇1丁目		13:30~14:30		13:30~14:30		10月16日（週五）	
11	7	六	上人小學校	上人西	8:30~10:00					10月28日（週三）	
	8	天	太陽の家	内竈	8:30~9:30						
	19	四	石垣東6・7丁目公民館	石垣東6丁目	8:30~10:00		8:30~10:00				11月9日（週一）
	28	六	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					11月18日（週三）	
	29	天	太陽の家	内竈		13:30~14:30		13:30~14:30		11月19日（週四）	
12	13	天	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					12月3日（週四）	
3	13	天	別府市保健センター	西野口町	8:30~10:00					3月3日（週四）	

以上表格內未刊登的公民館等設施也接受結核和肺癌的檢查，具體請參照市報。

關於指定健康檢測・後期高齡者健康檢查等

指定健康檢測的對象是年滿40歲以上(包括今年40歲生日)的人。主要目的是盡早發現代謝綜合症(內臟脂肪症候群),預防和改善生活方式病(糖尿病、高血壓、高血脂症等)。為了能更好的了解自己的健康狀況,請每年接受1次指定健康檢測。

健康檢測的目的是為了讓您結合檢測的結果,不斷改善自己的生活習慣。

別府市健康保健課每月都舉辦1次名為『快樂健康教室』的主題健康教室・健康座談會。每個月的主題將刊登在市報上。請大家務必帶上自己的健康檢測結果來參加健康教室。



『快樂健康教室』
2014年6月 關於牙齒的話題

【指定健康檢測的內容】

- 受診問卷表 (常用藥、煙齡等)
- 身體檢查 (身高、體重、腰圍等)
- 理學檢查 (診察)
- 血壓檢測
- 尿檢 (尿糖、尿蛋白)
- 血液檢查
 - ・ 脂質檢查 (中性脂肪、HDL - 膽固醇、LDL - 膽固醇)
 - ・ 血糖檢測 (空腹時血糖、血紅蛋白A1c)
 - ・ 肝功能檢查 (AST、ALT、 γ -GTP)
 - ・ 腎功能檢查 (血清肌酸酐)



(注) 內容因醫療保險人類型而變化。以上是以別府市國民健康保險被保險人為對象的指定健康檢測。

指定健康檢測的方法和費用,請向您所加入的醫療保險的相關機構諮詢。

別府市國民健康保險被保險人(40~74歲)和後期高齡醫療被保險人的受診券,將於4月下旬郵寄給您。請到第③頁的健康檢測中心或第⑥⑦頁的指定醫療機構接受檢測。

對象	諮詢電話
別府市國民健康保險被保險人	別府市役所年金課 TEL 0977-21-1158
大分縣後期高齡醫療被保險人	大分縣後期高齡者醫療區域聯盟 TEL 097-534-1771
其他醫療保險被保險人	請向您所加入的醫療保險相關機構諮詢
領取生活保障金的家庭成員	別府市健康保健課 TEL 0977-21-1117

常見問題 Q & A

Q. 任何人都可以接受癌症檢查嗎?

A. 只要是別府市民,任何人都可以接受檢查(具體年齡的檢查項目請參照第②頁)。此外,工作單位沒有癌症檢查或家屬癌症檢查的人,也可以接受別府市提供的檢查。

Q. 因為其他疾病在醫院接受治療期間,可以不接受指定健康檢測和癌症檢測嗎?

A. 治療期間也可以接受健康檢測。具體請向主治醫生諮詢。

Q. 平時都在工作,週一至週五沒有時間接受檢查,怎麼辦?

A. 一部分醫療場所也實行週六・週日的健康檢查。
具體請向別府市健康保健課(TEL: 0977-21-1117)諮詢。
此外,癌症檢查的集體檢查(具體日程表請看第④頁)在週六・週日・夜間也可以參加。

Q. 一次可以接受多個項目的檢查嗎?

A. 可以,具體請看健康檢測(第③頁)和指定醫療機構(第⑥⑦頁)。

指定醫療機關一覽表

2015年1月資料

小學校區	指定醫療機構名	電話	地址	指定 檢查	後期 高齡者檢查	大腸癌	前列腺癌	肝炎病毒	乳癌	子宮頸癌
青山	北崎医院	22-8171	青 山 町							
	木下医院	24-1849	上 田 の 湯 町							
	末宗内科医院	22-1824	上 田 の 湯 町							
	たなか乳腺・外科・内科クリニック	25-5200	中 央 町							
	平井整形外科医院	24-1511	田 の 湯 町							
	宮崎内科医院	24-2455	青 山 町							
	村上神経内科クリニック	26-1717	山 の 手 町							
朝日	明石Mクリニック	76-5270	御 幸							
	あべ消化器・内科クリニック	27-5055	新 別 府							
	安倍内科医院	66-6780	火 売							
	うちくら内科	21-5750	馬 場							
	松岡産婦人科医院	22-1577	馬 場							
	みょうばんクリニック	67-5888	明 礬							
	吉賀循環器内科	66-0115	鉄 輪 東							
石垣	いとう循環器・麻酔科クリニック	24-1002	石 垣 西 7 丁 目							
	河野小児科医院	22-4429	石 垣 西 7 丁 目							
	古城循環器クリニック	25-3811	石 垣 東 6 丁 目							
	新森内科医院	25-5261	石 垣 東 5 丁 目							
大平山	さかい内科医院	25-0552	大 畑							
亀川	国立病院機構別府医療センター	67-1111	内 竈							
	別府温泉病院	67-1131	野 田							
	堀循環器科内科クリニック	27-6786	亀 川 浜 田 町							
	宮崎クリニック	66-0022	亀 川 東 町							
境川	安部第一医院	23-3345	上 野 口 町							
	金子内科医院	25-5755	石 垣 東 1 丁 目							
	たにぐち糖尿病内科クリニック	21-7373	東 荘 園							
	福田内科医院	25-2250	石 垣 東 3 丁 目							
	ミヨシ医院	25-2727	石 垣 西 2 丁 目							
上人	大分先端画像診断センター	66-4116	上 人 ヶ 浜 町							
	黒木記念病院	67-1211	照 波 園 町							
	児玉病院	67-1611	亀 川 四 の 湯 町							
	上人病院	66-4111	上 人 ヶ 浜 町							
鶴見	アロハクリニック	26-2366	鶴 見							
	九州大学病院別府病院	27-1600	荘 園							
	国立病院機構西別府病院	24-1221	荘 園							
	鶴見台病院	22-0336	鶴 見							
	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							
	吉武内科医院	21-5755	扇 山							

【注意】 ○不用預約、●需要預約 醫療機構等信息如有更變，請諒解。

⑥

實施期間：2015年5月1日～2016年2月29日

* 子宮頸癌検査期間為2015年4月1日～2016年3月31日

* 後期高齢者健康検査期間為2015年5月1日～2016年3月31日

2015年1月資料

小學校區	指定醫療機構名	電話	地址	指定検査	後期 高齢者検査	大腸癌	前列腺癌	肝炎病毒	乳癌	子宮頸癌
西	木村内科医院	21-1278	朝見3丁目							
	高橋内科医院	21-3151	朝見1丁目							
	畑病院	21-1371	中島町							
	渡邊医院	23-0564	光町							
春木川	あおい産婦人科	25-0888	石垣東8丁目							
	久保田アネックスクリニック	25-6363	石垣東10丁目							
	こだま脳神経外科クリニック	22-0272	石垣東8丁目							
	つねとみ内科胃腸科クリニック	67-3600	中須賀本町							
	森澤医院	66-3100	中須賀東町							
	山口病院	26-3535	汐見町							
別府中央	岩永レディースクリニック	23-4371	野口中町							
	おおさわクリニック	27-0030	富士見町							
	岡嶋医院	22-0774	元町							
	清瀬病院	25-1555	野口中町							
	児玉内科医院	23-0777	北浜3丁目							
	後藤医院	23-1391	元町							
	武井医院	24-3411	幸町							
	中村たかクリニック	26-2220	新港町							
	橋本産婦人科医院	24-3232	野口中町							
	ヒロセ内科医院	21-3030	駅前本町							
	別府駅前クリニック	25-3030	北浜1丁目							
	別府中央病院	24-0001	北的ヶ浜町							
	餅ヶ浜内田医院	23-5365	餅ヶ浜町							
緑丘	石垣病院	66-7557	実相寺							
	石川胃腸科医院	21-5959	東荘園							
	荘園内科クリニック	27-3800	東荘園							
	藤吉乳腺クリニック	75-6029	東荘園							
南	内田病院	21-1341	末広町							
	垣迫内科医院	23-8131	松原町							
	千馬内科医院	21-0715	楠町							
	中村病院	23-3121	秋葉町							
	浜脇記念病院	22-2228	浜脇1丁目							
	松原医院	25-1033	松原町							
	村橋病院	23-3231	千代町							
渡部内科循環器科クリニック	23-5800	末広町								
南立石	菊池内科医院	23-0550	南立石八幡町							
	局医院	21-1947	南荘園町							
	馬場医院	23-2833	南立石2区							
	横井内科クリニック	26-6111	鶴見園町							

★週日也實施検査

這次介紹的是龜川地區『健康保健拓展隊』的活動

龜川地區的「健康保健拓展隊」是一支從2013年起,以推進延長健康壽命為目標而組建的地區性組織。

現在,「健康保健拓展隊」共有受過培訓的35名成員。主要活動是給地區內的居民提供相關健康信息並且呼籲大家積極接受健康檢查。

「健康保健拓展隊」結合地區的特色,策劃出有著自己特色的活動。



培訓的樣子

介紹一部分『健康保健拓展隊』的活動

國立第二



每週一、三、五組織做「別府悠悠操」。結束以後,大家聚在一起對話交流。

野田



每年組織4次活動,大家在一起討論健康話題和做操的心得等。

SUPARANTO豐海



每月第2個星期二舉行「散步延長健康壽命」的活動。每次的散步路線由「健康保健拓展隊」準備,參與者在1個半小時的散步中,不但能賞花體驗到四季的風情,同時能夠與同伴互相交流。



我是「健康保健拓展隊」的一員。我所居住的地區由於「健康保健拓展隊」的活動,把閒在家中的居民聚集起來。現在,大家都說「只有出來參加活動,才能保持身體健康」,對此我們都感到非常高興。

健康保健拓展隊 伊藤

其他的地區也有同樣的「健康保健拓展隊」正在積極活動中喔。

龜川健走大會



2014年11月29日(週六)舉行了龜川健走大會。這次活動是由「健康保健拓展隊」所策劃的。共有220人參加。

這次活動也得到了「北部體育俱樂部」的支持。通過這樣的活動能夠運動身體,參加者都非常高興。

與自治會的合作

龜川地區的「健康保健拓展隊」的各項活動,得到了由別府市自治委員會龜川地區支部長恒松直為首的自治會的大力協助。



別府市以「健康城市」為目標,將與自治會合作,大力推進和創建各地區的「健康保健拓展隊」

