

11月の日曜・祝日の在宅当番医

診療時間 9:00～17:00（内）=内科（小）=小児科

☎ 市健康づくり推進課 ☎ 21-1117

日	医療機関名	所在地	電話番号
3	古城循環器クリニック(内)	石垣東6丁目	25-3811
	河野小児科医院(小)	石垣西7丁目	22-4429
5	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
	さとう小児科医院(小)	南荘園町	25-2828
12	石垣病院(内)	実相寺	66-7557
	衛藤小児科医院(小)	荘園	85-7881
19	宮崎内科医院(内)	青山町	24-2455
	矢田こどもクリニック(小)	石垣東4丁目	22-9557
23	中村たかクリニック(内)	新港町	26-2220
	古城小児科医院(小)	上人仲町	67-5566
26	飛田内科外科クリニック(内)	扇山	27-2000
	松本小児科医院(小)	北浜2丁目	23-5215
12/3	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
	松井小児科医院(小)	大畑	24-1911

※都合により変更になることがあります。

アルコール問題相談会

日時 11月16日(木) 14:00～16:00
 内容 断酒会の相談員、精神保健福祉担当保健師による個別面談
 対象 飲酒で心身の健康に不安のある人、家族、職場の上司など
 ※前日までに電話で下記へ申込み。
 場所・予約・☎ 東部保健所 ☎ 67-2511

献 あなたの気持ちが、いのちの芽となります
血 献血にご協力ください (400ml)

日	曜	場所	時間
19	日	ビーコンプラザ (第35回大分県病院学会)	9:30～11:00 12:30～16:00

※都合により変更になることがあります。
 ☎ 市健康づくり推進課 ☎ 21-1117

11月の乳幼児の健診と相談 場所：別府市保健センター ※母子健康手帳を必ずお持ちください。

種類	対象	日程	受付時間	内容
4か月児健康診査	平成29年7月生	28日(火)	13:30～14:30	診察・計測・離乳食の話など
1歳6か月児健康診査	平成28年5月生	24日(金)	※13:00～整理番号を配布します。番号を受け取ったら保健センター内でお待ちください。	診察・歯科健診・フッ化物塗布★・計測など
2歳6か月児歯科健診・相談	平成27年5月生	21日(火)		歯科健診・フッ化物塗布★・計測など
3歳5か月児健康診査	平成26年6月生	10日(金)		診察・歯科健診・計測・尿検査・眼科健診など

★1歳6か月児健康診査、2歳6か月児歯科健診の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。※対象月以前に生まれた人で、健診を受けていない場合も受診できます。

※1歳6か月児健康診査と3歳5か月児健康診査は対象の人に通知をします。通知が届いていない人はご連絡ください。

※事前に別府市保健センターで問診票をお渡します（市ホームページからもダウンロードできます）。

場所・☎ 市健康づくり推進課（別府市保健センター内） ☎ 21-1117

健康づくり推進課からのお知らせ

場所・☎ 市健康づくり推進課（別府市保健センター内）
 ☎ (21) 1117

■こどもの発達相談会(予約制)

言葉が遅いなどの言葉の相談や、動きが激しい、人見知りなどのかわり方の相談。
 日時 11月17日(金) 9時～15時
 相談員 言語聴覚士、保育士、作業療法士、心理職、保健師
 申込方法 事前に電話でお申し込みください。
 ※予約制(定員に達した場合、)

■育児相談会

お断りすることがあります。お子さんの成長・発達など、気になることはありませんか。
 日時 11月8日(水) 10時～11時30分
 内容 身長・体重測定、子育て・栄養相談など
 ※母子健康手帳をお持ちください。
 相談員 管理栄養士、保健師

■離乳食講習会

月齢に合わせた離乳食について親子で試食しながら学べます。
 日時 11月29日(水) 10時30分～11時30分
 対象 概ね9～11か月児の

■このころの相談会

※室内運動、健康相談あり。
 「美味しく食べて健康長寿」
 日時・定員 11月16日(木) 10時～11時30分
 申込方法 11月8日(水)～24日(金)に電話で上記へ申込み。

11月の心の健康相談会

9時～16時 4人(先着順)
 11月30日(木) 9時～12時 2人(先着順)
 対象 悩み事、気分が沈みがち、イライラするなど不調が続いている人
 ※前日までに電話で上記へ予約してください(匿名でも可)。
 相談員 臨床心理士

日時 11月8日(水) 14時～(要事前予約)
 内容 精神保健福祉相談、認知症相談
 場所・☎ 東部保健所 ☎ (67) 2511

11月の集団検診 ※健康保険証をお持ちください。★は要予約 予約・📍市健康づくり推進課 ☎21-1117

日	曜	場所	内容	時間	●胃がん検診 (1,000円) 対象 40歳以上の人 内容 バリウムによるエックス線撮影 ※前日の21時以降は飲食、喫煙不可。 ボタンやチャックのない衣服を着用。 ●大腸がん検診 (700円：容器代+検診代) 対象 40歳以上の人 内容 2日間の便潜血検査 ①「大腸がん(配布)」の各会場で容器を受け取る。 (容器代300円) ②自宅で採便(2日間)、検診票の記入。 ③後日、配布された会場で検診票と容器の回収。 (検診代400円) ※生理中の場合は受診不可。 ●子宮頸がん検診 (900円) 対象 20歳以上の女性 内容 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。 ★乳がん検診 (700円) 対象 40歳以上の女性 内容 マンモグラフィ(乳房のエックス線撮影) ※ペースメーカー装置植え込み術を受けている人、 豊胸手術を受けている人は受診不可。 ※撮影障害になるため、制汗スプレーなどの使用は不可。 予約開始日：3日の検診は10月23日(月)から、6日の検診は10月26日(木)から、21日の検診は11月9日(木)から、23日の検診は11月13日(月)から、26日の検診は11月16日(木)からの各日8:30から健康づくり推進課の窓口及び電話(☎21-1117)にて受付開始。 ●骨そしょう症検診 対象 今年度内に下記の年齢になる人 40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳の女性…600円 70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳の女性…無料 内容 かかとでの超音波検査 ※ストッキングなど脱ぎにくい着衣は避けてください。 ●肺がん検診(無料) 対象 40歳以上の人 内容 胸部エックス線撮影 ※レントゲン車での検診ができない障がいのある人は下記で受診できます。(要申込) 検診時間 9:00~16:00(土・日曜日、祝日は休み) 📍別府市医師会地域保健センター (別府市保健センター内) ☎23-2279
3	金・祝	別府市保健センター (湯のまちけんこうパーク) ※野菜マルシェ開催! 詳しくは下記を。	胃がん、 大腸がん(配布)、 子宮頸がん、 乳がん(★)、 骨そしょう症、 肺がん	8:30~10:00	
6	月	ゆめタウン別府 正面玄関前 (楠町)	大腸がん(配布)、 子宮頸がん、 乳がん(★)、 骨そしょう症、 肺がん	13:30~14:30	
21	火	人権啓発センター (石垣東10丁目)	肺がん	9:00~9:50	
		竹の内公民館	肺がん	10:20~11:00	
		南部地区公民館 (浜脇1丁目)	大腸がん(配布)、 子宮頸がん、 乳がん(★)、 骨そしょう症、 肺がん	13:30~14:30	
23	木・祝	上人小学校	胃がん、 大腸がん(配布)、 子宮頸がん、 乳がん(★)、 骨そしょう症、 肺がん	8:30~10:00	
26	日	太陽の家 (内竈)	胃がん、 大腸がん(配布)、 子宮頸がん、 乳がん(★)、 骨そしょう症、 肺がん	8:30~10:00	

別府市保健センターでの集団検診会場で「野菜マルシェ」開催!

日時 11月3日(金・祝) 9:00~11:00
 場所 別府市保健センター(湯のまちけんこうパーク)
 内容 新鮮野菜の即売、野菜レシピの配布、
 県産しいたけ減塩みそ汁の試飲など
 📍市健康づくり推進課
 ☎21-1117



※市内健診センターで別府市がん検診などを受診する場合は、自己負担金額が異なります。
 詳しくは市健康づくり推進課(☎21-1117)へお問い合わせください。

【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生活保護世帯の人、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。詳しくはお問い合わせを。※受診は別府市に住民票がある人に限ります。
- ※別府市が実施する各種がん検診などは受診方法を問わず年度内1回のみです。
- 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。

日曜 特定健康診査・がん検診等(要予約)

日時 11月19日(日) 8:30~10:00
 ■特定健康診査(無料)
 ■各種がん検診など(有料)
 (大腸がん、胃がん、肺がん、前立腺がん、骨そしょう症、肝炎ウイルス)
 ※乳がん検診についてや各検診等の対象、自己負担金などの詳細は
 下記へお問い合わせください。
 場所・予約・📍別府市医師会地域保健センター
 (別府市保健センター内) ☎23-2279

市役所 無料夜間健診(要予約)

日時 11月27日(月) 17:30~19:00 受付
 場所 別府市役所1階しセブションホール
 内容 特定健診(血液検査、血圧測定、検尿など)
 ※がん検診は実施しません。
 ※特定健診を受診した人のみ血管年齢測定ができます。
 対象 特定健康診査の受診券をお持ちの人
 持ち物 受診券またははがき、保険証
 予約・📍市保険年金課 ☎21-1158



11月の健康教室

▼鶴見病院 ☎(23)7111

◎糖尿病教室

7日(火) 13時～15時30分
内容 糖尿病と診断されたけど、
いつたい糖尿病って何だろう

◎腎臓病教室

15日(水) 13時～14時
内容 腎不全について

◎健康教室

25日(土) 14時～16時
場所 トキハ別府店7階

大会議室(北浜2丁目)
内容 冬場に気を付けたい感
染症(小児科、呼吸器内科)

▼新別府病院 ☎(22)0391

◎糖尿病教室 (14時～16時)

2日(木) 糖尿病の診断、治療
9日(木) 運動療法

16日(木) 薬物療法
30日(木) 料理教室(お正月料理)

◎転倒予防教室(要申込)

16日(木) 10時～12時
内容 転倒予防について

▼西別府病院 ☎(24)1221

◎腎臓病教室

12月1日(金)
13時30分～16時45分
内容 腎疾患に関すること

▼別府医療センター

☎(67)1111
◎けんこう体操 笑いヨガ
16日(木) 10時～11時30分

◎いきいき健康講座
20日(月) 14時～15時

内容 糖尿病について

◎肝臓教室

21日(火) 14時～15時30分
内容 肝がんについて

★がん患者サロン「陽だまり」

10日(金) 14時～16時

場所 交流ひろばHiCaLi
(日出町JR陽谷駅横)

対象 がん患者とその家族

▼九州大病院別府病院

☎(27)1600

◎糖尿病教室(15時～15時30分)

2日(木) おくすりについて
9日(木) 運動療法

16日(木) 合併症の話
30日(木) 日常生活の注意点

▼中村病院 ☎(23)3121

◎糖尿病教室

17日(金) 11時～11時30分
内容 糖尿病と検査
検査結果の見方

▼児玉病院 ☎(67)1611

◎笑いヨガ・認知症予防ゲ
ム教室
7日(火) 13時30分～14時30分

◎健康教室

21日(火) 13時30分～14時30分
▼黒木記念病院 ☎(67)1211

◎秋季いきいき健康塾(要申込)

【座学】
18日(土)、22日(水)、29日(水)、
12月6日(水)、13日(水)
20日(水) 13時30分～15時

【体操】 20日(月)、27日(月)、
12月4日(月)、11日(月)、18日(月)
14時～15時15分

▼畑病院 ☎(21)1371

24日(金) 14時30分～15時30分

内容 骨そしょう症について

▼サービステ付高齢者向け住宅
ほほえみ

☎(21)1371(畑病院)

12月1日(金) 10時～11時

内容 姿勢・尿もれ改善に!
知っておきたい骨盤底筋の
チカラ

場所 サービステ付高齢者向け
住宅 ほほえみ(中島町)

▼みよばんクリニック

☎(67)5888
26日(日) 10時30分～12時

内容 「これからも美味しく楽
しく食べたい」講話と理学療
法士による体力測定・体操

※動きやすい服装でお越しを。

▼別府重度障害者センター

☎(21)0181

◎市民講座(要申込)

9日(木) 14時30分～16時30分

内容 家庭で手軽にできる
肩・腰の体操

定員 15人(先着順)
申込期限 11月7日(火)

▼泰生の里 ☎(66)9988

◎介護者教室
11日(土) 13時～
内容 高齢者の交通安全

生活習慣病予防 市民公開講座 第3回別府市CKD(慢性腎臓病)予防講座 ～今こそ健診 STOP CKD in Beppu～

日時 12月3日(日) 10:00～13:00
会場 ビーコンプラザ

【講演会】
「腎臓力を高める運動習慣のすすめ」
別府医療センター 腎臓内科医長 菊池秀年さん
「あなたの腎臓保護 栄養士がご助力いた
します!～腎臓にやさしい食事について～」
別府医療センター 管理栄養士 安藤翔治さん

【イベント】
◇医師相談、薬剤師相談、栄養相談
◇健康チェック(血圧、血糖、血管年齢
の測定、血流観察、検尿)
※講演を受講した人を対象に、その場
で希望者全員検査できます。
◇体験!「うま塩」屋台(売り切れ次第終了)
問 市健康づくり推進課 ☎21-1117

原子爆弾被爆者二世に対する 無料健康診断

対象者

県内在住で両親またはその
どちらかが原子爆弾被爆者

申込方法

12月1日(金)までに保健所窓
口で申込み。

※保健所と相談のうえ、受診
日と受診医療機関を決定し
ます。

申 問 東部保健所

☎(67)2511

自死遺族のつどい

日時 12月7日(木)

14時～16時(受付13時30分)
対象 大切な方を自死で亡く

12月1日は「世界エイズデー」 休日エイズ検査(無料・匿名)

日時 12月2日(土) 9:00～16:00
場所 東部保健所
(大字鶴見字下田井14-1)
内容 HIV抗体迅速検査
(約30分で結果が出ます)
申込方法 前日までに電話で下記へ予約。
予約・問 東部保健所エイズ相談電話
☎67-7040



されたご遺族

内容 気持ちの分かち合い

申込方法 11月30日(木)までに
電話で左記へ申込み。

場所・申 問 県こころとか

らだの相談支援センター
(大分市大字玉沢)
☎097(541)6290