

## 10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
7	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	千馬内科医院（内）	楠町	21-0715
	河野小児科医院（小）	石垣西7丁目	22-4429
14	吉賀循環器内科（内）	鉄輪東	66-0115
	古城小児科医院（小）	上人仲町	67-5566
21	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
28	別府湾腎泌尿器病院（内）	上人ヶ浜町	66-4111
	松井小児科医院（小）	大畑	24-1911
11/3	安倍内科医院（内）	火売	66-6780
	河野小児科医院（小）	石垣西7丁目	22-4429
11/4	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

※都合により変更になることがあります。



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

日	曜	場所	時間
13	土	城島高原パーク	9:30～11:30
14	日		13:00～16:00
16	火	トキハ別府店	10:00～11:30 13:00～16:00

※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

## インフルエンザ予防接種費用の助成

対象者 満65歳以上の別府市民

助成回数 1人1回

接種期間 10月1日（月）～平成31年1月31日（木）

接種場所 別府市指定医療機関

持ち物 健康保険証など年齢が確認できるもの

自己負担額 1,000円

【次の人は自己負担額が免除されます】

- ①生活保護世帯の人、②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
- ※各種証明書が必要です。詳しくはお問い合わせを。
- ※詳細は下記へお問い合わせください。

☎ 市健康づくり推進課 ☎ 21-1117

## 慢性腎臓病（CKD）講演会

～知っていますか？あなたの腎臓のはたらき～

日時 10月19日（金） 13:00～

場所 別府市公会堂（上田の湯町）

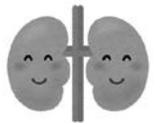
内容 『じんぞう』のお話

講師 別府医療センター腎臓専門医

菊池秀年先生 ほか

※参加者にはCKDパンフレットと粗品を進呈。

☎ 市保険年金課 ☎ 21-1158



## 10月17日～23日は薬と健康の週間です

◎薬を正しく使うために

- ①用法用量を守りましょう
- ②使用する薬の情報を知りましょう
- ③人からもらった薬は使わない
- ④薬の専門家（薬剤師など）に相談しましょう

◎おくすり110番（薬剤師対応）

☎ 097-544-9512

10月17日（水）～23日（火）（10月21日（日）除く）

10:00～12:00、13:00～15:00

☎ 県福祉保健部薬務室

☎ 097-506-2650

## 10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30年6月生	23日（火）	13:30～14:30 ※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・計測・離乳食の話など
1歳6か月児健康診査	平成29年4月生	26日（金）		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28年4月生	16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27年5月生	12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できます（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

10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・問 市健康づくり推進課 ☎ 21-1117

日	曜	場所	内容	時間	※各検診の対象者は、今年度内に対象年齢になる人です。
10	水	スパランド豊海第一幼児公園 (赤ポスト広場)	肺がん検診	9:00～10:00	●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) 場所・問 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
		小坂公民館(新館)		10:20～11:00	
		亀川四の湯ふれあいパーク		11:30～12:00	
14	日	上人小学校 (グラウンド)	胃がん、大腸がん(配布)、子宮頸がん、乳がん(★)、肺がん、骨そしょう症検診	8:30～10:00	●子宮頸がん検診(1,000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。
15	月	【夜間】別府市保健センター (湯のまちけんこうパーク)	肺がん検診、特定健診(★)	17:30～19:00	★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: 10/14(日)の検診は10/4(木)から、10/21(日)の検診は10/11(木)から、10/27(土)の検診は10/17(水)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。
16	火	大畑公民館	肺がん検診	9:00～10:00	●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。
		南立石公園(みどりの相談所)		10:20～11:00	
19	金	福寿園(小倉)	肺がん検診	9:00～10:00	●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。
		石垣東6・7丁目公民館		10:30～11:10	
21	日	東部保健所	胃がん、大腸がん(配布)、子宮頸がん、乳がん(★)、肺がん、骨そしょう症検診	8:30～9:30	●胃がん検診(1,500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。
24	水	小谷商店駐車場 (中央町)	肺がん検診	9:00～9:40	●胃がん検診(1,500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。
		野口ふれあい交流センター (野口元町)		10:00～10:40	
		山神宮近く個人宅(大所)		13:40～14:20	
25	木	朝見1丁目1区公民館	肺がん検診	9:00～9:40	●胃がん検診(1,500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。
		原町公民館南側		13:30～14:10	
		上原町公民館		14:30～15:10	
27	土	別府市保健センター (湯のまちけんこうパーク)	胃がん、大腸がん(配布)、子宮頸がん、乳がん(★)、肺がん、骨そしょう症検診	8:30～10:00	●胃がん検診(1,500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。

※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。)

【10月の集団健診日程変更】

市報4月号と一緒にお配りした「べっぶ健診ガイド」で10月21日(日)に南部地区公民館で集団健診を行う予定とお知らせしていましたが、下記のとおり変更します。ご迷惑をおかけします。  
(変更後) 11月30日(金) 9:00～10:00  
南部地区公民館

★夜間特定健診(無料・要予約)

日時 10月15日(月) 17:30～19:00 受付  
場所 別府市保健センター(湯のまちけんこうパーク)  
内容 特定健診(血液検査、尿検査、診察など)  
対象者 国民健康保険の特定健診受診券をお持ちの人  
持ち物 保険証と受診券  
※同日開催する肺がん検診について、肺がん検診のみ受診する人(40歳以上対象)は予約不要です。保険証など年齢が確認できるものをお持ちください。  
予約・問 市保険年金課 ☎ 21-1158



わくわく健康づくり教室  
～生活習慣病予防に効果的な歩き方～

日時 10月19日(金) 10:00～11:30  
内容 講話、簡単な運動、健康相談  
※動きやすい靴、飲み物をお持ちください。  
場所・問 市健康づくり推進課  
(別府市保健センター内) ☎ 21-1117



## 育児相談会

お子さんの成長・発達など、気になることはありませんか。妊婦さんの健康相談なども受け付けています。



**日時** 10月10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  
**場所・問** 市健康づくり推進課 (別府市保健センター内)  
**☎**(21)11117

## 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びます。

**日時** 10月24日(水) 10時30分～11時30分  
**対象** 概ね7～8か月児の保護者(先着15組)  
**内容** 離乳食の話、試食、相談

**申込方法** 10月9日(火)～19日(金)に電話で左記へ申込み。  
**場所・申** 市健康づくり推進課 (別府市保健センター内)  
**☎**(21)11117

## こどもの発達相談会

言葉が遅いなどの言葉の相談や、動きが激しい、人見知りなどのかかわり方の相談

**日時** 10月22日(月) 9時～15時  
**相談員** 作業療法士、言語聴覚士、心理職、保健師

※予約制(定員に達した場合、お断りすることがあります)。  
**場所・申** 市健康づくり推進課 (別府市保健センター内)  
**☎**(21)11117

## こころの相談会

気分が沈みがち・イライラするなど不調が続いている人

**日時** 10月18日(木) 9時～16時  
**対象** 悩み事・困り事がある人  
**内容** 事前電話予約してください(匿名でも可)。  
**相談員** 臨床心理士  
**定員** 4人(先着順)

**場所・申** 市健康づくり推進課 (別府市保健センター内)  
**☎**(21)11117  
**10月の心の健康相談会**  
**日時** 10月9日(火)

## 西別府病院祭

15時30分(要事前予約) 精神保健福祉相談、認知症相談

**日時** 10月27日(土) 10時～14時  
**内容** AED講習、お菓相談、栄養相談、模擬店、ステーションイベント、自立支援センターおおいの講演会

※来場者には、風船や花の苗をプレゼント(先着順)。  
**場所・問** 西別府病院事務局 (大字鶴見) **☎**(24)1221

## 別府医療センター 病院祭・学校祭

健康測定コーナー、相談コーナー、スタンブラー(粗品進呈)など

**日時** 10月20日(土) 10時～15時  
**内容** 健康測定コーナー、相談コーナー、スタンブラー(粗品進呈)など  
**場所・問** 別府医療センター (大字内籠) **☎**(67)1111

**日時** 10月14日(日) 11時～12時45分  
**内容** 無料セミナー、バランス検査など

## 10月の健康教室

場所・問 しん整形外科リハビリテーション&スポーツクリニック(東荘園) **☎**(23)4976

◎糖尿病教室(14時～16時) 4日(木) 糖尿病の診断、治療、合併症

◎転倒予防教室(要申込) 25日(木) 13時～15時  
◎鶴見病院 **☎**(23)7111  
◎糖尿病教室 2日(火) 13時～15時

◎腎臓病教室 18日(木) 13時～15時  
◎中村病院 **☎**(23)3121  
◎糖尿病教室 19日(金) 11時～11時30分

◎糖尿病教室 27日(土) 産前産後の腰痛ケア講座

◎健康教室(要申込)(13時～14時)

◎腎臓病教室 26日(金) 14時～15時30分

◎おうちで出来るかんたんヨガ 18日(木) 14時～15時30分

★がん患者サロン「Ohana」 10日(水) 14時～16時  
場所 上田の湯公民館  
対象 がん患者とその家族  
★がん患者サロン「陽だまり」 26日(金) 14時～16時

◎九州大学病院別府病院 **☎**(27)1600  
◎糖尿病教室(15時～15時30分) 4日(木) 糖尿病はあるけど楽しく生きる

◎煙病院 **☎**(21)1371  
◎高年齢を元気に過ごすための栄養 13日(土) 13時

◎健康教室(要申込)(13時～14時) 27日(土) 産前産後の腰痛ケア講座

◎健康教室(要申込)(13時～14時) 27日(土) 産前産後の腰痛ケア講座



## 温泉健幸教室

～温泉を活用した湯中運動教室～

湯中運動は関節への負担が少ないことから運動不足の人や、生活習慣病予防におすすめです。ぜひこの機会にご参加ください！

日時 ① 10月12日(金) 10:00～11:30  
② 10月26日(金) 10:00～11:30

※どちらか1回のみ参加も可能です。

場所 北浜温泉テルマス(京町)

内容 湯中運動(ストレッチなど)、生活習慣病予防の講話

対象 40歳～74歳の別府市民で、生活習慣の改善を目指す人

参加費 1回につき510円(施設使用料)

持ち物 水着(有料で貸し出しあり)、タオル、飲み物

申込方法 ①、②ともに3日前までに電話で下記へ申込み。

申・問 市健康づくり推進課  
☎ 21-1117



## 健康にぎわいイベント 温研を採検

「温研」として長年親しまれてきた九州大学病院別府病院をより身近に感じていただくための病院敷地内の採検や、理学療法士による有効なストレッチ指導などを企画しています。当日は日頃開放されていない病院内の温泉に入浴でき、別府八湯温泉道の1日限定スタンプも登場します！

日時 10月27日(土) 9:00～12:00(8:30～受付)

場所 九州大学病院別府病院(荘園) 参加費 無料

申込方法 10月15日(月)までに下記窓口に参加申込書を提出(郵送、メール、FAX可)。

※応募者多数の場合は抽選。

※参加申込書は下記窓口で配布しています(市ホームページからもダウンロードできます)。

※当日は動きやすい服装で、水分補給のための飲み物とタオルをお持ちください。

申・問 市福祉政策課(市役所1階)

〒874-8511 別府市上野口町1番15号

☎ 21-1003 FAX 22-2366

✉ wep-hw@city.beppu.lg.jp

## お誕生日おめでとう! すくすく1さい (10月生まれ) <>内は誕生日です

 生魚 真菜 ちゃん (小倉) (1日)	 仲町 日々仁 くん (山の手町) (1日)	 川又 真奈加 ちゃん (鶴見) (2日)	 藤川 楓子 ちゃん (上田の湯町) (2日)	 山本 公大 くん (東荘園) (2日)	 安達 駿 くん (火売) (4日)	 小石 紗椰 ちゃん (中須賀本町) (4日)
 橋本 陸叶 くん (鶴見) (4日)	 井 義人 くん (石垣東7丁目) (6日)	 大橋 あつき ちゃん (南立石板地町) (6日)	 佐藤 友月 ちゃん (竹の内) (8日)	 山岸 璃愛 ちゃん (上仲町) (8日)	 清水 彩葉 ちゃん (古市町) (10日)	 荒金 大智 くん (石垣西10丁目) (12日)
 吉田 旺太郎 くん (龍川東町) (13日)	 山滝 絆愛 ちゃん (扇山) (14日)	 戸口 稜也 くん (北鉄輪) (15日)	 諸富 千依 ちゃん (石垣西4丁目) (16日)	 伊藤 羽琉 ちゃん (平田町) (17日)	 藤近 芽依 ちゃん (扇山) (17日)	 廣瀬 陸 くん (青山町) (19日)
 白須 明日香 ちゃん (馬場) (20日)	 渡辺 悠月 くん (石垣東8丁目) (20日)	 志水 祐月 くん (鉄輪東) (21日)	 古賀 奏汰 くん (南荘園町) (23日)	 山下 陽菜乃 ちゃん (竹の内) (28日)	 佐藤 咲と くん (浜町) (31日)	 ©Team Beppuon

《すくすく1さい応募要項》11月号締切 10月9日(火) 写真の裏に住所・氏名(ふりがな)・性別・生年月日・電話番号を記入して、秘書広報課まで(郵送・Eメールで応募する場合は事前にご連絡を)期限厳守をお願いします。

※紙面の都合で、応募者全員を掲載できない場合もあります。

このページはウェブ版市報にも掲載します。

【〒874-8511 別府市秘書広報課 ☎ 21-1111 内線 2233、2234 ✉ sec-ma@city.beppu.lg.jp】

