

## 年末・年始の在宅当番医

急病のときは、まずかかりつけの先生に相談して、不在の場合は下表の病院などに相談してください。

診療時間 9:00～17:00

(内) = 内科 (外) = 外科系 (小) = 小児科 (耳) = 耳鼻科  
(泌) = 泌尿器科 (眼) = 眼科 (産) = 産婦人科

☎ 市健康づくり推進課 ☎ 21-1117

日	医療機関名	所在地	電話
12月31日(月)	清瀬病院(内)	野口中町	25-1555
	別府駅前クリニック(内)	北浜1丁目	25-3030
	畑病院(内)	中島町	21-1371
	石垣病院(外)	実相寺	66-7557
	古城小児科医院(小)	上人仲町	67-5566
	耳鼻咽喉科しげみ医院(耳)	東荘園	27-3387
	別府医療センター(泌)	内竈	67-1111
	高木眼科医院(眼)	駅前町	23-1230
1月1日(火・祝)	松岡産婦人科医院(産)	馬場	22-1577
	別府駅前クリニック(内)	北浜1丁目	25-3030
	別府中央病院(内)	北的ヶ浜町	24-0001
	松本小児科医院(小)	北浜2丁目	23-5215
	耳鼻咽喉科しげみ医院(耳)	東荘園	27-3387
	新別府病院(泌)	鶴見	22-0391
	高木眼科医院(眼)	駅前町	23-1230
1月2日(水)	松岡産婦人科医院(産)	馬場	22-1577
	別府駅前クリニック(内)	北浜1丁目	25-3030
	平井整形外科医院(外)	田の湯町	24-1511
	矢田こどもクリニック(小)	石垣東4丁目	22-9557
	中村病院(泌)	秋葉町	23-3121
	岡田眼科医院(眼)	楠町	25-1010
1月3日(木)	あおい産婦人科(産)	石垣東8丁目	25-0888
	村橋病院(内)	千代町	23-3231
	中村病院(外)	秋葉町	23-3121
	松井小児科医院(小)	大畑	24-1911
	鶴見病院(泌)	緑丘町	23-7111
岡田眼科医院(眼)	楠町	25-1010	
岩永レディースクリニック(産)	野口中町	23-4371	

※都合により変更になることがあります。

## 年末・年始の休日当番歯科

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16:30まで

☎ 別府口腔保健センター ☎ 21-5657

日	医療機関名	所在地	電話
12/30(日)	別府口腔保健センター	西野口町	21-5657
12/31(月)	セイノ歯科医院 ※9:00～12:00(午後は休診)	野口元町	23-3581
1/1(火・祝)	荘園豊田歯科	鶴見	22-1611
1/2(水)	歯科柳川医院	秋葉町	23-1464
1/3(木)	歯科柳川医院	秋葉町	23-1464

※都合により変更になることがあります。

## 12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
2	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
	河野小児科医院(小)	石垣西7丁目	22-4429
9	久保おなか・おしりクリニック(内)	石垣東3丁目	23-2211
	古城小児科医院(小)	上人仲町	67-5566
16	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
23	清瀬病院(内)	野口中町	25-1555
	矢田こどもクリニック(小)	石垣東4丁目	22-9557
24	児玉病院(内)	亀川四の湯町	67-1611
	松井小児科医院(小)	大畑	24-1911
30	畑病院(内)	中島町	21-1371
	河野小児科医院(小)	石垣西7丁目	22-4429

※都合により変更になることがあります。

献血 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)

日	曜	場所	時間
5	水	大分みらい信用金庫 亀川支店	10:00～11:30 13:00～16:00
29	土	ゆめタウン別府	10:00～11:30 13:00～16:30

※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

12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
1	土	太陽の家 (内竈)	胃がん、大腸がん(配布)、骨そしょう症、子宮頸がん、乳がん(★)、肺がん検診	8:30 ～ 9:30
3	月	ローソン別府生目店 (南立石二区)	肺がん検診	9:00 ～ 10:00
15	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)、骨そしょう症、子宮頸がん、乳がん(★)、肺がん検診、特定健診(☆)	8:30 ～ 10:00

※各検診の対象者は、今年度内に対象年齢になる人です。

●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。

●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。

●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。

★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：12/1(土)の検診は11/21(水)から、12/15(土)の検診は12/5(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。

●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。  
●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・☎ 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 12月9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)  
※各検診等の対象や自己負担金、乳がん検診についてなど、  
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

☆特定健診 (無料・要予約)

日時 12月15日(土) 8:30～10:00 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  
予約・☎ 市保険年金課 ☎ 21-1158

12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8月生	25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29年6月生	21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28年6月生	18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7月生	14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



## 健康づくり推進課の

### 相談・教室

場所・**申** 市健康づくり推進課(別府市保健センター内)

進課(別府市保健センター内)  
☎(21)1117

### ■わくわく健康づくり教室

日時 12月6日(木)

10時～11時30分

内容 ミニ講話「血糖値を上手にコントロールするコツ」

※室内運動、健康相談あり。

### ■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、人見知りなどのかかわり方の相談。

日時 12月10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

申込方法 事前に電話で右記へ。

※予約制(定員に達した場合、お断りすることがあります)。

### ■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。

日時 12月12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

### ■温泉健康教室

日時 12月14日(金)

10時～11時30分

内容 温泉を活用した湯中運動、生活習慣病予防の講話

場所 北浜温泉アルマス(京町)

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 510円(施設使用料)

申込方法 12月11日(火)までに電話で上記へ申込み。

### ■こころの相談会

日時 12月20日(木) 9時～16時

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

定員 4人(先着順)

### ■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 12月26日(水)

10時30分～11時30分

対象 概ね7～8か月児のお母さん

保護者(先着15組)

申込方法 12月7日(金)～21日(金)に電話で上記へ申込み。

## 慢性腎臓病(CKD)講演会

日時 12月14日(金) 14時～

場所 北部地区公民館

(上人ヶ浜町)

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  
※参加者にはパンフレットと粗品進呈。

☎ 市保険年金課 ☎(21)1158

## 12月の心の健康相談会

日時 12月11日(火)

15時30分(要事前予約)

内容 精神保健福祉相談、認知症相談

場所・**申** 東部保健所

☎(67)2511

## ひとやすみ コミュニティサロン

日時 12月22日(土) 10時～12時

対象 がん患者とご家族・ご遺族 ※がんではない方も参加できます。

催し クリスマス演奏会

場所・**問** 湯のまち訪問看護ステーション(南立石生目町)

☎(24)2226

## 12月の健康教室

▼新別府病院 ☎(22)0391

◎糖尿病教室 (14時～16時)

6日(木) 糖尿病の診断、治療、合併症

13日(木) 運動療法

20日(木) 薬物療法

27日(木) 料理教室

◎転倒予防教室(要申込)

20日(木) 13時～15時

内容 転倒の身体要因・環境要因

▼別府医療センター

☎(67)1111

◎糖尿病教室

毎週(用)金(祝日、休日除く)

◎腎臓病教室

21日(金) 14時～15時30分

内容 食生活の偏りに注意など

◎おうちで出来るかんたんヨガ

20日(木) 14時～15時30分

★がん患者の交流サロン

対象 がん患者とその家族

・「Ohana」 12日(水) 14時～16時(上田の湯公民館)

・「陽だまり」 14日(金) 14時～16時(交流ひろばHiCAL)

i (日出町JR湯谷駅横)

▼鶴見病院 ☎(23)7111

◎糖尿病教室

4日(火) 13時～15時

内容 合併症を進行させないために

◎腎臓病教室

20日(木) 13時～15時

内容 腎臓病全般

▼九州大病院別府病院

☎(27)1600

◎糖尿病教室(15時～15時30分)

6日(木) 自宅でできる運動療法

13日(木) 糖尿病のあれこれ(検査)

20日(木) 病気になったときの対策

▼泰生の里 ☎(66)9988

◎介護者教室 8日(土) 13時～

内容 感染症の予防について

▼児玉病院 ☎(67)1611

◎笑いヨガ・みんなの認知症予防ゲーム

4日(火) 13時30分～14時30分

◎健康教室

18日(火) 13時30分～14時30分

▼釘宮整形外科リハビリクリニック

☎(27)8838

◎健康教室(要申込)(13時～14時)

8日(土) 産前産後の腰痛予防エクササイズ

▼畑病院 ☎(21)1371

14日(金) 14時30分～15時30分

内容 心臓病と入浴

▼サービス付高齢者向け住宅

ほほえみ ☎(21)1371(畑病院)

7日(金) 10時～11時

内容 ぼっこりお腹・尿もれに効く！おすすめ体操8選

## 障がい者歯科診療所 (完全予約制)

一般の歯科医院での治療が困難な障がいを有する方を対象とした歯科診療施設です。

診療日 月～金曜日(祝日、休日除く)  
9:00～12:00、13:00～17:00

場所・予約・☎ 大分県口腔保健センター(大分市王子新町)

☎ 097-547-8833  
FAX 097-547-8838

