



- 乳幼児健診(保健所健康課☎536-2516)
- 休日夜間当番医テレホンサービス☎534-4488
- 医療機関案内テレホンサービス☎534-4489

健診・教室への参加の際は検温し、  
発熱や感染症の症状がある場合は、  
参加をお控えください。



◀休日当番医の  
携帯サイトは  
こちら

### 各検診センターなどで市民健診・がん検診等を受診しましょう

各種健(検)診は、以下の検診施設および加入する各保険者が契約する医療機関等で受診できます。検診施設であれば、ご都合の良い日に予約し、一度に複数項目をまとめて受診することや、自家用車での来場も可能です。  
地区巡回による集団健(検)診についても、感染症対策を講じることが可能な会場のみを使用するなど再開に向けて準備しておりますが、再開後に中止になる可能性も考えられるため、体調管理の上、検診施設等で早めの受診をお願いします。

#### 受診可能な健(検)診施設(電話予約が必要です)

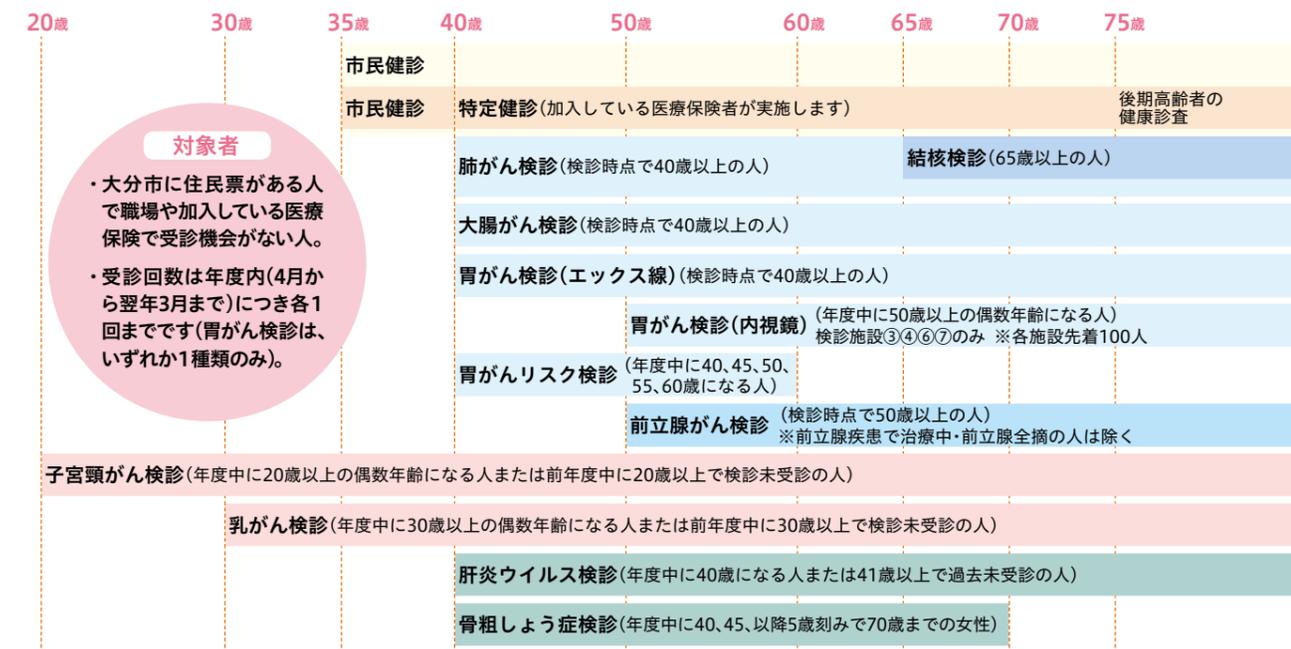
地区	検(健)診施設名	電話番号
中央	①県地域保健支援センター(大字駄原)	☎532-2167
	②おおい健康センター(大字古国府)	☎547-1111
	③大分労働衛生管理センター(高城南町)	☎552-7788
穂田	④三愛総合健診センター(大字市)	☎542-6733
	⑤県地域成人病検診センター(大字宮崎)	☎569-2211
大南	⑥天心堂健診・健康増進センター(大字中戸次)	☎597-5254
市外	⑦県厚生連健康管理センター(別府市)	☎0977-23-7112

#### ※受診する場合は以下のことに気を付けましょう

- 受診当日、発熱や呼吸器症状、倦怠感がないかなど、体調を確認して受診しましょう。体調不良があれば、無理せず受診日を変更してください。
- 感染予防のため、マスクを着用して受診しましょう。
- 帰宅後は、うがい・手洗いを十分に行いましょう。

☎ 保健所健康課 ☎536-2562

※①②③⑤⑥の施設は土・日曜日受診可能(不定期)



### 1歳6か月児健康診査 無料

■日時・場所・対象の生年月日:市ホームページをご覧ください。保健所健康課へ。 ■健診内容:測定、内科・歯科診察、フッ化物塗布(希望者は400円必要)、相談 ■持参品:母子健康手帳、1歳6か月児健康診査質問票 ■その他:3月以降の健診を中止したことで、2歳を過ぎた人はご連絡ください。 ☎ 保健所健康課☎536-2516

### 3歳児健康診査 無料

■日時・場所・対象の生年月日:市ホームページをご覧ください。保健所健康課へ。 ■健診内容:測定、内科・歯科診察、尿・視聴覚検査、相談 ■持参品:母子健康手帳、3歳児健康診査質問票、尿 ■その他:3月以降の健診を中止したことで、4歳を過ぎた人はご連絡ください。 ☎ 保健所健康課☎536-2516



### すくすく赤ちゃんルーム(育児教室) 無料

月日	場所	月日	場所
8/11(火)	鶴崎市民行政センター3階	8/17(月)	保健所3階
8/25(火)	大南市民センター2階	8/21(金)	保健所3階
8/13(木)	大南市民センター2階	8/18(火)	坂ノ市市民センター2階
8/14(金)	大分南部公民館2階	8/19(水)	原新町こどもルーム
		8/28(金)	大在市民センター2階

■対象:元年8月～2年2月生まれの乳児と保護者(毎月1回、満1歳になる月まで同じ場所での参加となります) ■時間:午前10時～11時30分 ■内容:親子遊び、育児について意見交換、健康講話など ■申込み:先着順で受け付けます。Eメールで、件名「すくすく赤ちゃんルーム申込み」、希望月・場所(第3希望まで)、住所、乳児の氏名(ふりがな)、生年月日、性別、保護者氏名、電話番号を、7月15日(水)～25日(土)に子育て交流センター(kosodatekoryu@city.oita.oita.jp)へ。 ☎ 子育て交流センター☎576-8740



### 健康講座「げんき教室」 無料

■日時:7月22日(水) 午後2時～3時30分 ■場所:県看護研修会館(豊饒二丁目) ■内容:●講話「これで今日からグッスリ眠れる睡眠の話」 ●健康相談 ●健康チェック(血圧測定など) ■その他:参加希望者は要事前連絡 ☎ 県看護協会☎574-7117

### 大分赤十字病院健康講座 無料

■日時:7月27日(月) 午後2時～3時30分 ■場所:大分赤十字病院管理棟 5階大会議室 ■内容:「お口のがんのはなし」 ■講師:西川 健氏(歯科口腔外科医師) ■申込み:不要 ☎ 大分赤十字病院社会課☎532-6181

### 「からだが好き食育応援店」をご利用ください

市内の飲食店のうち、栄養成分の表示やヘルシーメニューの提供、健康情報の発信などを行っている店舗を「からだが好き食育応援店」として登録しています。登録店は随時募集しています。 ☎ 保健所健康課☎536-2517



### 不妊・不育相談窓口のお知らせ 無料

■時間:火～土曜日 午前10時～午後4時 ■場所:大分大学医学部附属病院 ■内容:ちょっと聞いてみたい～医療相談までさまざまなご相談に対応。相談は女性不妊カウンセラーや生殖医療専門医等が応じます。 ☎ 県不妊専門相談センター(大分大学医学部附属病院内) 相談電話:586-6368/080-1542-3268 相談mail:hopeful@oita-u.ac.jp

### 休日・夜間当番医や救急病院の受診について

休日・夜間当番医や救急病院は救急医療のためのものです。緊急やむを得ない場合に受診するようにお願いします。

休日や夜間に急に体調が悪くなった場合は…

まず、かかりつけ医に受診の可否を相談してください。かかりつけ医がない場合や連絡がとれない場合は、休日・夜間当番医、救急病院に電話で体調を説明し相談の上、受診してください。 ※休日・夜間当番医は、テレホンサービス(☎534-4488)や市ホームページでお知らせしています。医療機関が分からないときは、保健所保健総務課(☎536-2222)や消防局通信指令課(☎532-2187)へお尋ねください。 子どもが病気やケガで心配なときや、病院に行った方がよいか判断に迷ったときは、県子ども救急電話相談(☎503-8822または#8000)をご利用ください。 ☎ 保健所保健総務課☎536-2222

## 令和2年度の熱中症予防ポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本(①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い)や3密(密集、密接、密閉)を避ける等の新しい生活様式が求められています。このような新しい生活様式における熱中症予防ポイントは以下のとおりです。

#### ◎暑さを避けましょう

換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。

#### ◎適宜マスクをはずしましょう

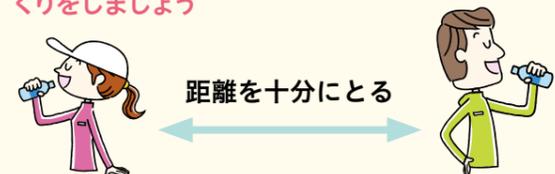
気温・湿度が高い中でのマスク着用は要注意。マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避けましょう。屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合には、マスクをはずしましょう。

#### ◎喉が渇く前に水分補給をしましょう

#### ◎日頃から体温測定、健康チェックをしましょう

体調が悪いと感じたときは、無理せず自宅で休養しましょう。

#### ◎無理のない範囲で運動をして、暑さに備えた体づくりをしましょう



☎ 保健所健康課 ☎547-8219