

# ごんいちには保健センターです



## すくすく相談

2月14日(木) 午後1時30分～3時  
市総合保健福祉センター1 ※予約制

### たくさんの方の力・1つの力に

#### 献血にトライ!!

##### 献血とは

患者さんが安心して輸血を受けることができるように、健康な人が善意によって、無償で進んで自分の血液を提供することです。血液は、酸素を運ぶ、病原体とたたかう、出血を止めるといった生命の維持に欠かせない役割を担っていますが、人工的に造ることができません。

このため、病いやけがで血液を必要としている患者さんに血液を届けるためには、皆さんの献血が必要なのです。

##### 献血可能年齢

16歳から69歳(ただし65歳以上の献血については、60歳から64歳の間に献血経験がある方に限ります。また、年齢により献血方法が異なる場合があります)

##### 体重条件

**全血献血**  
・200ml献血  
男性45kg以上、女性40kg以上

##### 成分献血

・400ml献血  
男女共50kg以上  
男性45kg以上、女性40kg以上

ごんいちには保健センターです

※八街市内で実施する献血は、全血献血です。

##### 献血者減少時期のご協力

特に冬場から春先にかけては、風邪など体調を崩す方が多いことから献血者が減少してしまいます。献血者の減少は、長期保存のできない輸血用血液製剤の不足を引き起こします。常に迅速かつ安定的な供給を図るために献血者の減少時期のご協力をお願いします。

##### 複数回献血(年2回以上の献血)と400ml献血のお願い

いつでも確実に患者さんに血液を確保できるように、1年を通じて継続したご協力と安全性の高い血液の確保のために、400ml献血を積極的にお願いします。

例えば、同じ800mlの血液を輸血する場合、400mlの血液を使用する場合は2人分ですが、200mlの血液では4人分の血液が混ざり合うこととなります。一度に大勢の人の血液を輸血することは、それだけの危険性が高まります。

##### 献血で健康管理

献血にご協力いただいた

方で、結果通知を希望された方を対象に、血液型のほか、7項目の生化学検査(ALT[GPT]、AST[GOT]、γ-GTP、総タ

ンパク、アルブミン、AG比、コレステロール)を行います。結果を赤十字血液センターよりお知らせいたします。これらの献血時の結果によって病気の早期発見ができることもあります。

##### 八街市内で実施した際の献血の状況

平成23年度は、923人の皆さんにご協力をいただき、最終献血者は、721人でした。

1月1日から2月28日まで「私たちの献血」キャンペーン実施中

皆さんのご理解、ご協力をお願いします。

ママになろう!ハッピームに参加しませんか

妊婦さん同士、一緒に学ば楽しい!つどいの場です。妊娠・出産・子育てへの不安がある方、身近に妊婦さんや子育て中の人がいな

い、という方、お待ちしています!妊娠中のひとときを、楽しく過ごしませんか。

対象 出産予定日が5月1日(7月31日の方(予定日が

この範囲以外の方でも参加できます。お問い合わせください。

定員 20人(先着順)

##### 内容

産科医のお話、フリフリマタニティー体操、助産師をかこむ座談会、先輩ママ&赤ちゃんとのふれあい、調理実習、歯の話、お風呂の入れ方など

※1コース3日間の日程で行います。都合のつく日程のみの参加も可能です。

参加費 調理実習のみ材料費300円

申込期限 2月19日(火)

予防接種を受けましょう! 小学校6年生の方

2種混合ワクチンの予防接種は済んでいますか?

破傷風・ジフテリアは3種混合ワクチンの接種だけでは抗体獲得が不十分なため、2種混合としても一度受ける必要があります。

麻しん風しん混合ワクチン(MR)2回目の予防接種は済んでいますか?

※3月31日を過ぎると有料になり医療機関によっては1万円ほどかかります。

麻しんは感染力が強く感染すると脳炎などになる恐れもあります。

就職・進学や修学旅行の際にMR2回接種の完了が求められることがありますので無料で受けられる期間内での接種をお勧めします。

中学1年生から高校1年生の女子生徒の方

子宮頸がんワクチンの予防接種は3回済んでいますか?

※1回1万5千円ほどかかる接種料が3月31日まで無料で受けられます。

予診票のない方は、母子手帳をご持参のうえ健康管理課にお越しください。

がん検診の精密検査は早めに受けましょう

がんは、早期であれば怖くない病気です。「精密検査を受けても、毎回、結果が一緒だから」、「忙しいから大丈夫」と、安易に自己判断せず、自分の身体

## 市の公共施設の一室を子育て親子の交流の場として開放しています

○市総合保健福祉センター開放日  
2月4日(月)・13日(水)・14日(木)・18日(月)・19日(火)・22日(金)・25日(月)・27日(水)・28日(木)

○市スポーツプラザ開放日  
2月6日(水)・8日(金)・13日(水)・15日(金)・20日(水)・22日(金)・27日(水)

【開放時間】 午前9時～午後4時  
【使用の注意事項】  
○特定の団体のみでの使用はできません。  
○事故やケガなどには十分注意してください。  
詳しくは、市役所児童家庭課 ☎443-1693 へ。