

こんにちは保健センターです

こんにちは保健センターです

「こんにちは保健センターです」に関する申し込み・問い合わせは、市役所健康管理課 ☎443-1631へ。



花粉症対策に 備えましょう！



愛の献血 あなたの優しさ届けましょう

○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ず、生きた細胞なので、長期間の保存もできません。このため、病气やけがで血液を必要とする緊急時に備えて常に新しい血液を確保しておく必要があります。

○16歳から29歳までの若い人たちの献血者が

年々減少しています

年間を通して血液を必要とされる量は、ほぼ一定であるのに対し、献血者数には変動があります。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などから献血者が減り、血液が不足しています。

また、このまま少子高齢化が進み、若い人たちの献血への協力が減ってしまうと、輸血用の献血が不足して、必要な時に輸血ができなくなる可能性があります。

○複数回献血（年2回以上の献血）のお願い

特に最近では、400ml献血を積極的にお願いしています。たとえば、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、それだけ副作用（発熱・発疹など）の危険性が高まります。

献血にご協力いただける方のうち18歳以上で体重50kg以上の方には、男性・女性ともに400ml献血をお願いしています。（年間総献血量は、男性1,200ml、女性800ml以内です。また、200ml献血をした場合は4週間、400ml献血をした場合は12週間（女性は16週間）の献血期間を空けます。）

○結果通知のお知らせ

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、A/G比、コレステロール）を行い、結果を赤十字血液センターよりお知らせしています。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。

○英国滞在歴に関する献血制限が緩和されました。

1980年から1996年の英国滞在歴が通算30日までの方は、献血にご協力いただけます。皆さんの献血に対するご理解、ご協力をお願いいたします。

3月1日から3月31日まで千葉県献血推進強調月間です。

と き 3月10日(水) 午後1時30分～4時

と ころ ジャスコ八街店

低所得者に対する新型インフルエンザワクチン接種費用助成について

市では、低所得者（生活保護世帯および世帯全員が市民税非課税の世帯）に対する新型インフルエンザワクチン接種費用の助成申請を受け付けています。

対象者は、今までの優先接種対象者に加え健康成人につきましても低所得者の方は対象となっております。

申請時必要な物

- ・印鑑
- ・非課税証明書（平成21年1月1日現在、八街市に居住の方は、申請時課税確認の承諾により、不要となります）

※償還払いの方は、上記の他に次のものが必要です。

- ・接種済み証
- ・領収書
- ・通帳など振り込み口座のわかるもの

申請場所 市役所健康管理課

申請期限 3月31日(水)

お子さんの予防接種受け忘れはありませんか

麻疹風しんの予防接種をまだ受けられていない方は、体調の良い時期に早めに済ませましょう。特に、第2期・第4期の方の接種率が低いです。第1期以外は、平成22年3月31日までが定期接種の対象です。

第1期の対象 生後12カ月から生後24カ月未満の方

第2期の対象 年長に相当する方
（平成15年4月2日～平成16年4月1日生）

第3期の対象 中学1年生に相当する方
（平成8年4月2日～平成9年4月1日生）

第4期の対象 高校3年生に相当する方
（平成3年4月2日～平成4年4月1日生）

母子健康手帳を確認して、未接種のものがあれば、就学前に済ませておきましょう。

予診票がない方については、健康管理課でお渡しします。母子健康手帳を必ず持参してください。

すくすく相談

保健師・栄養士・歯科衛生士が、育児に関するさまざまな相談に応じています。

相談は無料です。

※待ち時間の短縮のため、予約制になりました。

と き 3月8日(月) 午後1時30分～3時

と ころ 市総合保健福祉センター

持 ち 物 母子健康手帳、バスタオル

対 象 1歳6カ月未満のお子さんとその保護者

申込期限 3月5日(金)



離乳食教室

赤ちゃんが、楽しくおいしく離乳食がすすめられるように、教室を行います。

離乳食に関して、「量やかたさはこれでいいの」など疑問がある方は、この機会に参加してみませんか。

と き 3月12日(金) 午前10時30分～11時30分

と ころ 市総合保健福祉センター

内 容 離乳食のすすめ方、栄養相談と試食（保護者のみ）

持 ち 物 筆記用具

対 象 5カ月～1歳6カ月程度のお子さんの保護者

定 員 20人（申込順）

申込期限 3月11日(木)

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

3月1日(月)・2日(火)・5日(金)・
8日(月)・12日(金)・15日(月)・
19日(金)・26日(金)・29日(月)・
30日(火)

○市スポーツプラザ開放日

3月3日(水)・5日(金)・10日(水)・
12日(金)・17日(水)・19日(金)・
24日(水)・26日(金)・31日(水)

〈開放時間〉

午前9時～午後4時

（市総合保健福祉センター・市スポーツプラザとも）

〈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。