

少しの行動で助かる命があります

400ml 献血にご協力を

献血できる人

・18歳(男性は17歳)～69歳
 体重・50kg以上

※65歳以上の献血は60～64歳の間に献血経験のある人のみ
 ※10月～11月に町の献血以外で400ml献血を行ったら、管轄の嘱託員に献血カードを見せてください。

期 日	場 所	受付時間
10月21日(月)	旧 JA 飯野事業所倉庫前	午前9時～ 11時30分 午後0時30分～ 4時 ※22日(火)は昼 休みも行います。
10月22日(火)	旧 JA 津森事業所倉庫前	
10月23日(水)	町公民館	
10月24日(木)	旧 JA 福田事業所横	
10月25日(金)	徳や十兵衛・ステップ薬局・ サラダ館駐車場(惣領)	



若い世代のご協力に期待

平成24年度の県内の献血状況は、40～60代以上は増加傾向ですが、10代は微増、20～30代は減少傾向にあります。若年層の献血者数は、人口や機会の減少で減っており、課題になっています。血液には有効期限があり、不足は日々の献血で確保されています。

町で行う本年度の献血目標数は696人(企業・団体も含め)です。昨年度は、644人の献血で達成率は93%でした。毎年、みなさんのご協力で、献血を行っています。

今年も400ml献血を予定していますので、ご協力よろしく願います。献血は、血液検査も行われまので、健康管理にお役立てください。

かかる前に予防しよう インフルエンザ予防接種

65歳以上の人を対象に、インフルエンザの予防接種を実施します。

わが国のインフルエンザの流行時期とされる、1月上旬から3月上旬に備える予防接種を受ける時期になってきました。休養、睡眠、食事などに気を付けて体力を落とさないことと、発病や重症化予防のために予防接種を受けることが有効です。接種で十分な効果を維持する期間は接種後約2週間から約5か月間とされています。

詳細は、各世帯配布のチラシをご覧ください。



大人のための健康講座シリーズ

内 容 簡単な運動・健康ミニ講座・手軽な旬の料理
時 間 午前9時30分～午後1時
場 所 町保健福祉センター
対 象 者 町内在住の20～70歳
参 加 費 500円
持 参 品 タオル、飲み物、上履き、運動しやすい服装、筆記具、エプロン、三角巾

期 日	テーマ	募集人数
10月24日(木)	脂質異常症	20人
11月21日(木)	糖尿病	20人
1月24日(金)	骨粗しょう症	20人(女性のみ)
2月26日(水)	貧血(託児あり)	15人(女性のみ)

親子クッキング

日 時 10月27日(日)
 午前9時30分～午後0時30分
場 所 町保健福祉センター
対 象 者 3歳～就学前の子とその保護者
募集人員 8組(先着順) ※定員になり次第締め切り
参 加 費 一家族100円(一日保険代)
持 参 品 エプロン、三角巾、米1合(一家族)、箸(子ども用)、上靴(子ども用)

申込期間 10月7日(月)～21日(月)
 ※食物アレルギーなどは申し込み時にお知らせください。
 ※託児もできます。併せて申し込んでください。
 ※初めて参加の人を優先にします。

申込・問い合わせ先 町保健福祉センター ☎ 234-6123