

# こんにちは 保健センターです

問合せ 保健センター ☎0495-77-4041 FAX 0495-77-0550

献血へのご協力をお願いします

## 【役場前に献血バスが来ます！】

日時 2月14日(月) 午前9時30分～11時45分、午後1時～4時

献血は、病気の治療や手術などで輸血を必要としている患者さんのために、健康な人が自らの血液を無償で提供するボランティアです。現在、血液の機能を完全に代替できる手段はないため、医療において輸血は欠かすことができない治療法となっています。皆さまの献血が輸血医療を支えています。

全血献血ができる年齢は、下記の通りです。

- 200ml献血の場合…男女とも16歳～69歳
- 400ml献血の場合…男性17歳～69歳・女性18歳～69歳

※ただし65歳～69歳の方は、60歳～64歳までに献血の経験がある方に限られます。

## 【献血された血が供給されるまで】

### ①献血しよう！

献血ルームや献血バス等で献血の受付をします。

### ②問診

当日の体調や薬の服用等を問診します。

### ③献血

全血献血(200ml又は400ml)と成分献血のいずれかで献血をします。

### ④検査

血液型や感染症の検査をします。

### ⑤製造・保管

血液の成分ごとに分けて血液製剤を製造します。製造後は冷蔵庫や冷凍庫の中で保管されます。

### ⑥供給

いつでも医療機関からの要請に応じられるよう24時間体制で供給しています。



## 8020表彰

80歳を過ぎても20本以上の歯を保っている方が、神川町と本庄市児玉郡歯科医師会より表彰されました。おめでとうございます。

自分の歯でしっかり噛むことは健康の秘訣でもあります。いつまでも自分の歯を大切にしたいですね。



### 【表彰対象者(80歳を過ぎても20本以上の歯を保っている方)】

- |             |               |             |
|-------------|---------------|-------------|
| 元阿保 近藤 順司さん | 二ノ宮 新井 理一さん   | 渡瀬 今井 巳名吉さん |
| 元阿保 近藤 文子さん | 小浜 落合 忠秋さん    | 渡瀬 須藤 昌弘さん  |
| 元阿保 新堀 昌子さん | 植竹 星野 洋司さん    | 渡瀬 高橋 成子さん  |
| 八日市 金井 輝雄さん | 四軒在家 小林 富佐子さん | 矢納 新井 康弘さん  |
| 八日市 渋谷 茂さん  |               |             |

## 介護支援ボランティアになりませんか

～ずっと元気でいたいから、たくさんの笑顔が見たいから～

問合せ 地域包括支援センター ☎0495-74-1155 FAX0495-74-1156  
神川町社会福祉協議会 ☎0495-74-1188 FAX0495-74-1156

介護支援ボランティアとは、ボランティア活動による人との交流を通して社会参加や地域貢献をすることで、ご自身がより元気になることを目的とした事業です。外に出るきっかけをつくり、人や町とつながってみませんか。活動には自分のペースで参加できます。

皆さんが長年培ってきた知識と経験を地域活動に活かして「やりがい」や「楽しさ」を見つけてみませんか。健康効果も期待できます！

対象者 町内在住の65歳以上の方(健康に自信のある方)

活動内容 介護予防教室「週いち元気アップ体操」などの手伝い

地域のサロン活動(運営側)

施設の事業の手伝いや利用者の話し相手など

※施設によって活動できる内容は異なります。

### 【登録から活動の流れ】

- ①神川町社会福祉協議会で登録申請
- ②活動内容の確認
- ③活動1時間毎に1ポイント付与
- ④たまったポイントは社会福祉協議会で地域商品券などと交換できます



血圧測定の補助



サロン風景

### こんないいことも！

- 健康増進 ●介護予防 ●社会貢献
- ポイントの付与→活動1時間につき1ポイント(1日2ポイントまで)
- ポイントの交換→年間50ポイント(5,000円相当分)が上限

## 町民インタビュー～いきいきシニアライフ～

問合せ 地域包括支援センター ☎0495-74-1155 FAX 0495-74-1156



趣味の手芸を楽しんでいます！

町田 岩子さん 82歳(池田)

### ・現在の生活は？

毎朝、目覚めたら布団の中で手足のストレッチをしてから起床しています。日中は家事や庭の植木の手入れ、テレビを見ながらの「ながら体操」、一日4～5000歩を目標に自分のペースでウォーキングをしています。

週1～2回体操教室のボランティア活動、週3回グランドゴルフに参加して仲間と一緒に運動やおしゃべりを楽しんでいます。

### ・今までの生活は？

神川町で生まれ育ち、高校卒業後は東京で就職。親戚の仕事の手伝いなどもして、その後地元に戻って夫と結婚しました。

### ・介護支援ボランティア参加のきっかけは？

14年前に夫が亡くなり、気持ちがふさぎ込んで自宅にこもることが多くなりました。「このままではいけない！」と思っていた時に町の広報で介護支援ボランティアの募集を目にし、外に出るきっかけとしてボランティア活動を始めました。

### ・これからの目標は？

一昨年、病気がみつきりましたが病気だからと何もしないでふさぎ込むのではなく、病気とうまく付き合い、ボランティアを続けながら日々の生活を楽しくしていきたいです。

介護支援ボランティア活動に参加して、たくさんの方に出会い、友達も増えてよかったです。  
【右写真:活動の様子】

