

### はたちの献血 キャンペーン実施中

1月1日から2月29日までの2カ月間「はたちの献血キャンペーン」を実施します。

「はたち」の記念に献血にチャレンジしてみませんか。

県内で必要なすべての血液製剤を県民の献血により確保することを目指しています。冬季は特に血液が不足しています。「献血は身近にできるボランティア」です。ご理解とご協力をお願いします。

また、輸血の安全性を高めるため、400ml 献血へのご協力をお願いします。

**【問い合わせ】**  
市民生活部健康推進課  
健康推進係  
☎ 0220 (58) 2116

一人で悩まずに相談を

### 1月の「こころの相談」

- 眠れない、気分が落ち込む、イライラする
- 家庭や職場、学校などで対人関係がうまくいかない
- 人との付き合いがあっくうだ
- お酒がやめられない
- 物忘れが気になる、認知症による問題行動でどうしたらいいかわからない
- 精神疾患を抱えている本人や家族、関係者など

相談は無料で、秘密は守られます。また、事前に申し込みが必要です。 ※居住地以外のところでも相談できます。

地区	日(曜)	場所	担当	申し込み電話番号
迫	31日(木)	迫保健センター	医師	☎ 0220 (22) 5554
登米	25日(金)	登米保健センター	カウンセラー	☎ 0220 (52) 5054
東和	15日(火)	東和地域福祉センター	医師	☎ 0220 (53) 4112
中田	16日(水)	中田保健福祉会館	カウンセラー	☎ 0220 (34) 2311
豊里	9日(水)	豊里健康管理センター	カウンセラー	☎ 0225 (76) 4113
米山	24日(木)	米山総合支所	家族相談士	☎ 0220 (55) 2112
石越	10日(木)	石越総合支所	医師	☎ 0228 (34) 2112
南方	10日(木)	南方保健センター	家族相談士	☎ 0220 (58) 2113
津山	25日(金)	登米保健センター	カウンセラー	☎ 0225 (61) 5011

不明な点は、各総合支所市民福祉課 健康づくり係までお問い合わせください

## 「咳エチケット」にご協力を



～インフルエンザ対策は、予防と周りに広めない配慮から～

今シーズンのインフルエンザは、例年より早い時期から発生しており、すでに流行が始まっています。みんなで小さなエチケットを守り、予防と広めないようにしましょう。

**エチケット 1**

咳やくしゃみをするときは、ティッシュで口と鼻を覆いましょう。

**エチケット 2**

使用したティッシュは、袋などに入れて、ふた付きごみ箱に捨てましょう。

**エチケット 3**

咳などの症状がある場合は、人がいるところではマスクをしましょう。

**エチケット 4**

料理・食事の前やトイレ・外出後はもちろん、咳やくしゃみをした後は、よく手を洗いましょう。

### かぜ・インフルエンザの予防法

- ◇かぜやインフルエンザは、ウイルスにより人から人に移る感染症です。咳やくしゃみはウイルスを含んだしぶきが2～3m飛び散り、広がっていきます。人ごみへの外出は、できるだけ控えましょう。
- ◇外出後の、うがい・手洗いを定期的に行いましょう。
- ◇十分に栄養や睡眠をとり体の抵抗力を高め、体調管理をしましょう。
- ◇インフルエンザの予防接種については、お近くの医療機関にご相談ください。  
※予防接種の効果がでてくるまで、接種後2週間程度を要します。



## 健康 & 福祉

### 福祉事務所からのお知らせ

#### 登米市障害者自立支援協議会を設立しました

市障害者自立支援協議会は、障害のある人への個別支援におけるニーズや課題を明確にし、その解決に向けた協議・検討を行い、福祉サービスの開発・改善につなげるため市が設置するものです。

医療機関や社会福祉法人、迫養護学校、ハローワーク迫、民生委員協議会などのネットワークにより、障害者自立支援法が目指す「障害のある人が普通に暮らせる地域づくり」を共通の目的として、多様な支援を行い、地域の課題を共有しながら解決していきます。

協議会は、継続的な支援と経過をつかみやすくするために、次の4つの支援部会で構成され、具体的な対応策を迅速に検討します。

- ①子ども支援部会
- ②しごと支援部会
- ③くらし支援部会
- ④なかま支援部会

◆例えば…

在宅で生活している障害者で、介護者の高齢化による生活不安についての相談をヘルパーが受け、その報告を協議会が受けた場合



くらし支援部会を開催し、ヘルパー事業者・医療機関・民生委員・障害者施設事業者などが集まり、より現実に即した声を反映させ、地域で安心して生活できるように具体的な支援策を検討します。



▲12人の委員に井林副市長が委嘱状を交付しました



▲具体的な支援策を検討した第1回子ども支援部会

【問い合わせ】 福祉事務所社会福祉課 障害福祉係 ☎ 0220 (58) 5551 FAX 0220 (58) 2375

### 障害者就業相談のお知らせ

- 【相談日】 1月22日(火)
- 【場所・時間】 津山総合支所 午前10時～正午  
県登米保健福祉事務所 午後1時～3時
- 【申し込み】 予約制です。お住まいの総合支所市民福祉課市民福祉係へお申し込みください。
- 【問い合わせ】 福祉事務所社会福祉課 障害福祉係  
☎ 0220 (58) 5551  
各総合支所市民福祉課 市民福祉係

### 1月の休日当番医

休日急患当番医 ☎ 0220 (22) 2084 (医師会)				
1/6(日)	豊里病院	豊里町	☎0225 (76) 2023	
13(日)	米川診療所	東和町	☎0220 (45) 2301	
14(月)	上杉皮膚科医院	迫町	☎0220 (21) 1380	
20(日)	二瓶内科胃腸科医院	迫町	☎0220 (22) 6508	
27(日)	田中医院	迫町	☎0220 (22) 1155	
2/3(日)	登米病院	登米町	☎0220 (52) 2175	
診療時間 9:00～17:00 休日・夜間診療案内 ☎ 0229 (24) 2267 (24時間)				

### 大切な“いのち”を守るため 献血にご協力ください

1/5(土)	ロックシティ佐沼ショッピングセンター※	10:00～12:00 13:00～16:30	全血
21(月)	迫リコ一(株) 国立療養所 東北新生園	10:00～13:00 14:30～16:30	全血
30(水)	登米総合体育館 みやぎ生協 加賀野店	10:00～12:00 13:30～16:00	全血

※18歳以上の方は、400ml献血のみの受け付けとなります

【問い合わせ】  
市民生活部健康推進課 健康推進係  
☎ 0220 (58) 2116