

# 広報ナカガワお知らせ版

令和6年8月16日号 発行 中川町役場 編集 地域振興課広報情報係

## 献血にご協力ください！

献血車『ひまわり号』が 9月6日(金) にまいります。

◆ 献血場所及び時間 献血にかかる時間は1人30分程度です。

中川町役場前 9:00 ~ 12:00

◆ 献血の対象となる方 当日は、感染予防のためマスク着用をお願いします。

	400mL 献血	200mL 献血 (需要状況により中止になる場合あり)
年齢	男性 17歳・女性 18歳 ~69歳*	16歳~69歳*
体重	男性・女性とも 50kg 以上	男性 45kg 以上 女性 40kg 以上
血色素量	男性 13g/dl 以上 女性 12.5g/dl 以上	男性 12.5g/dl 以上 女性 12g/dl 以上
最高血圧	90 mm Hg 以上	90 mm Hg 以上
年間献血回数	男性 3回以内・女性 2回以内	男性 6回・女性 4回以内
献血間隔	男性 12週間後・女性 16週間後	4週間後
年間総献血量	男性 1200ml 以内 ・ 女性 800ml 以内	

※65歳以上の献血については、60~64歳の間に献血の経験のある方に限ります。

※新型コロナワクチン（ファイザー又はモデルナ）を接種された方は、接種後48時間経過、インフルエンザ予防接種は接種後24時間経過していれば、献血が可能です。

※新型コロナウイルスに感染したことがある方は、症状消失後4週間が経過し、回復後に治療や通院を要する後遺症がなく、問診等により全身状態が良好であることが確認できれば可能です。（無症状の方は、陽性となった検体採取日から4週間経過すること）

### 注意！下記の方は献血をご遠慮下さい

- ・輸血や臓器の移植を受けたことのある方
- ・B型やC型肝炎ウイルス保有者(キャリア)といわれた方
- ・エイズ検査が目的の方、感染されている方
- ・梅毒などの性病、C型肝炎、マラリアにかかったことのある方
- ・国外から帰国(入国)して4週間以内の方
- ・英国に昭和55年~平成8年の間、1ヵ月以上滞在したことのある方
- ・この3日間に出血を伴う歯科治療(歯石除去を含む)を受けられた方
- ・この1ヵ月間にピアスの穴をあけられた方
- ・妊娠している方、または授乳中の方、過去1年以内に妊娠していた方
- ・献血により悪化するおそれがある循環系、血液系、その他病気である方
- ・その他、健康状態が良くない方
- ・お薬を飲んでいる方は、服薬内容によっては献血をご遠慮いただく場合があります

## ◆献血前の注意点

- 空腹状態で献血すると気分不良等を起こしやすくなるので、食事をとられてからご協力をお願いします。（ただし揚げ物、ラーメン、乳製品など脂肪分の多いものはお控えください。）
- 睡眠不足も気分不良の原因になります。十分な睡眠（5時間以上）をお願いします。

## ◆献血バスの予約が可能です

献血される方が一時期に集中することによる密集や密接をさけるため、できるだけ献血のご予約にご協力願います。「ラブラッド」でご予約の上、献血会場へお越しください。パソコン、スマートフォンから登録ができます。



<https://www.kenketsu.jp>

【お問い合わせ先】 住民課健康推進係 保健師 7-2813

## 8月の生活・仕事相談会をひらきます

8月27日（火）①午前10：00からと②午前11：00からの2回、中川町保健センターにて、8月の生活・仕事相談会をひらきます。相談会は予約制で相談は無料です。もし、誰にも相談できずに困っていることがあれば、一緒に考えましょう。まずはご連絡ください。

なお、相談会は開催前日（8月26日）の15時までに電話・メールでお申し込みください。

### センターにはこんな相談が寄せられています

- 親のことが心配 ～50代男性
- 仕事探しに不安がある ～40代女性
- 医療費が払えない ～70代男性
- 子供が働かない ～60代女性
- 将来が不安 ～70代女性

### お申込・お問い合わせ

自立相談支援事業所

かみかわ生活あんしんセンター

電話：0166-38-8800

FAX：0166-33-0021

[anshin@kamikawa19.hokkaido.jp](mailto:anshin@kamikawa19.hokkaido.jp)

【お問い合わせ先】 住民課社会福祉係 7-2813

月 日	行 事
17日 (土)	
18日 (日)	
19日 (月)	■わくわく探検 町内散策【幼セ】
20日 (火)	■2学期始業式【小・中】 ■一号認定登園【幼セ】 ■一般健康相談【保セ】13:00~16:00
21日 (水)	■二計測・視力検査【小】
22日 (木)	■巡回小劇場(ちゃいむ)【小・中】 ■音読教室【図】10:00~
23日 (金)	■お誕生会【幼セ】 ■交通安全点検日【小】

月 日	行 事
24日 (土)	
25日 (日)	
26日 (月)	
27日 (火)	■一般健康相談【保セ】13:00~16:00
28日 (水)	■劇団風の子観劇会【まめちよ】 ■浄水場見学(4年生)【小】
29日 (木)	■貯筋体操教室【保セ】 13:30~14:45
30日 (金)	■産科婦人科専門外来【診】 10:00~12:00(要予約)

場所の表示は、下のように省略しています

【学セ】生涯学習センター【保セ】保健センター【佐公】佐久地区公民館【1区】1区会館【2区】2区会館【寿】寿の家  
【4区】4区会館【5区】5区会館【誉1】誉一会館【誉2】誉二会館【大富2】大富二会館【伝承】佐久ふるさと伝承館  
【幼セ】幼児センター【ま】まめちよ【小】中央小学校【中】中川中学校【交フ】交流プラザ【パ】パークゴルフ場  
【球】町営球場【ぬ】ぬくもり【ス】町民スキー場【歯】町立歯科診療所【ナポ】ナポートパーク【診】町立診療所  
【エコ】エコミュージアムセンター【トレ】農業者トレーニングセンター【歌農】歌内地区農作業管理休養施設  
【国農】国府地区農作業管理休養施設【図】中川町中央公民館図書室【プ】町民プール【ポ】ポンピラアクアリズィング

ごみの 収集日	日	月	火	水	木	金	土
	休み	資源ごみ 紙おむつ	生ごみ	一般ごみ	農村地区	生ごみ	休み

月 日	行 事
31日 (土)	
9月 1日 (日)	
2日 (月)	■一日防災教室【小】
3日 (火)	■一般健康相談【保セ】13:00~16:00
4日 (水)	■秋の交通安全教室【幼セ】 ■乳幼児健診【保セ】 12:30~13:10 ■小児科専門外来【診】 13:30~16:00
5日 (木)	■避難訓練【幼セ】 ■町民参観日【小】
6日 (金)	■献血【役場前】9:00~12:00

月 日	行 事
7日 (土)	■第77回学校祭【中】
8日 (日)	
9日 (月)	
10日 (火)	■一般健康相談【保セ】13:00~16:00 ■子ども弁当【小・中】 ■ネットキャラバン(3・4年)【小】
11日 (水)	■眼科専門外来【診】 11:00~13:30
12日 (木)	■敬老会【学セ】10:00~12:00
13日 (金)	■消防署見学【幼セ・ま】 ■貯筋体操教室【保セ】13:30~14:45

場所の表示は、下のよう省略しています

【学セ】生涯学習センター【保セ】保健センター【佐公】佐久地区公民館【1区】1区会館【2区】2区会館【寿】寿の家  
【4区】4区会館【5区】5区会館【誉1】誉一会館【誉2】誉二会館【大富2】大富二会館【伝承】佐久ふるさと伝承館  
【幼セ】幼児センター【ま】まめちょ【小】中央小学校【中】中川中学校【交プ】交流プラザ【パ】パークゴルフ場  
【球】町営球場【ぬ】ぬくもり【ス】町民スキー場【歯】町立歯科診療所【ナポ】ナポートパーク【診】町立診療所  
【エコ】エコミュージアムセンター【トレ】農業者トレーニングセンター【歌農】歌内地区農作業管理休養施設  
【国農】国府地区農作業管理休養施設【図】中川町中央公民館図書室【プ】町民プール【ポ】ポンピラアクアリスティング

ごみの 収集日	日	月	火	水	木	金	土
	休み	資源ごみ 紙おむつ	生ごみ	一般ごみ	農村地区	生ごみ	休み