

高齢者の健康

事業名	とき	ところ	対象	連絡先
高齢者の健康・認知症・介護 電話相談	平日 9:00～16:00	地域包括支援センター あおぞら	65歳以上の方とその家族	地域包括支援センターあおぞら ☎28・0932
元気教室	10月2日(金) 10:00～11:00、11:00～12:00	保健センター	75歳以上の方	
元気はつつサロン	10月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水) 13:30～14:30	総合福祉センター しいの木	65歳以上の方	社会福祉議会 ☎29・0002
うたごえクラブ	10月8日(木) 10:00～11:00	総合福祉センター さざんか	60歳以上の方	総合福祉センター さざんか ☎28-2088
シニア元気づくり体操教室	10月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火) 10:00～11:00	総合福祉センター ひまわり	おおむね65歳以上の方	地域包括支援センターあおぞら ☎28・0932
	10月7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水) 10:00～11:00	下青山公民館(第1・第3水曜)、正法寺(第2・第4水曜)		
	10月1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木) 10:00～11:00	総合福祉センター しいの木		
	10月2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金) 10:00～11:00	富士学習等供用施設		

※シニア元気づくり体操教室の新栄学習等供用施設での教室は、11月から開始となります。

10月7日に献血・骨髄バンクドナー登録を行います

血液は人工的につくることも長期保存もできません。献血で多くの命が救われていますので、ご協力をお願いします。

また、献血と同時に骨髄バンク登録も行います。骨髄バンクは、白血病などの血液疾患の治療のために「骨髄移植」や「末梢血幹細胞移植」が必要な患者と、それを提供するドナーをつなぐ公的事業です。ご協力をお願いします。

400ml 献血		骨髄バンクドナー登録
年齢	男性: 17～69歳※1 女性: 18～69歳※1	18～54歳で健康状態が良好な方
体重	男女とも50kg以上	男性 45kg以上 女性 40kg以上
1年に献血できる回数	男性: 3回以内 女性: 2回以内	
献血の間隔	男性: 12週間後 女性: 16週間後 同じ曜日から献血できます	

▶と き 10月7日(水) 14:15～15:30 ※1 65歳から69歳までの方は、60歳から64歳までの間に献血の経験がある方に限られます。

▶ところ 役場 1 階ロビー

▶対 象 表のとおり

▶問合せ ○献血 保健センター ☎28・3150

○骨髄バンクドナー登録

清須保健所環境・食品安全課 環境指導・広域機動グループ ☎052・401・2100

保健センターだより 10月10日は目の愛護デー

～1年に1度は眼科検診を受けましょう～

40歳以上の20人に1人が緑内障を発症するといわれています。緑内障とは目の神経の障害によって視野がだんだん狭くなり、今まで見えていた範囲を見ることができなくなる病気です。緑内障などの目の病気は眼圧検査や眼底検査で見つけることができます。自分では気づきにくい病気ため、1年に1度は眼科検診を受けましょう。

また10月19日(月)～27日(火)に保健センターでは集団健診があります。健診では視力検査のほかに眼圧検査や眼底検査も受けることができます。対象の方でまだ健診を受診されていない方は保健センターにてご予約を承っておりますのでご連絡ください。

さらに11月の健康・福祉フェスティバルではVRゲームを用いた簡易視野チェック「メテオブラスター」を体験することで、視野の状態を確認することができます。詳細は広報とよやま11月号にて同時配布予定の健康・福祉フェスティバルチラシをご覧ください。

▶問合せ 保健センター ☎28・3150