

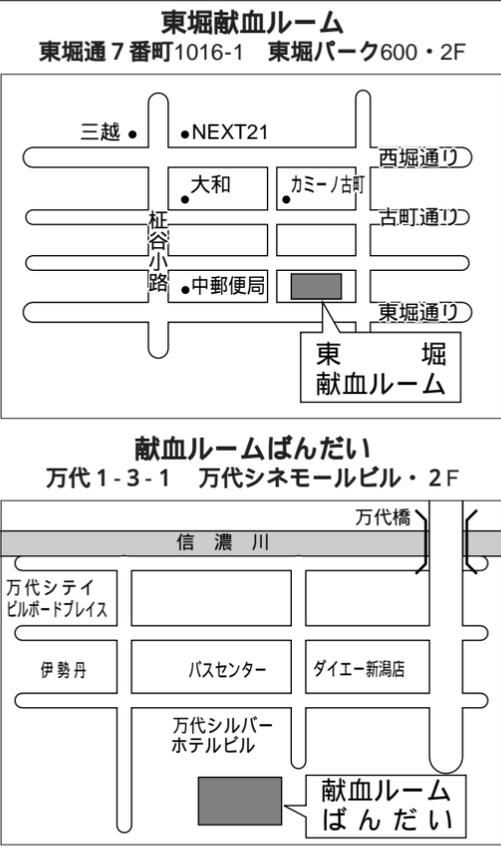
血液が足りない!

献血にご協力を

突然のけがや病気の時尊い命を救う輸血用の血液は、皆さんの献血で支えられています。医療機関では、毎日多くの患者さんが輸血用の血液を必要としています。しかし、最近では血液の需要が増加する一方で、献血は減少傾向にあります。

特に、冬季は積雪や寒気がど気候の関係から献血者が少なく、血液が不足しがちです。

献血は、東堀献血ルーム、市内各地で献血を受け付けている献血バス、ゆうあい号「下段表」が近くに付いた時などを利用して、献血にご協力ください。



献血ルームの利用
献血は、東堀献血ルーム、市内各地で献血を受け付けています。ゆうあい号「下段表」が近くに付いた時などを利用して、献血にご協力ください。

成分を献血する200

献血・400 献血の全血献血と、血液中の血漿や血小板だけを取る成分献血があります。

受付時間 東堀献血ルーム：午前10時～午後1時、午後2時～5時半(成分献血の受け付けは30分早く終了) 第2・4火曜定休
献血ルームばんだい：午前10時～午後5時半 水曜定休

問い合わせ先 東堀献血ルーム(225・3301)、献血ルームばんだい(240・5500)

水道管は万全ですか

凍結・破裂に注意

気温がマイナス3度以下になると水道管の凍結、破裂が増え始めます。凍結した蛇口を全開にしてタオルで覆い、上から約50度のお湯をかけてゆっくり解凍してください。

破裂管の応急策
水道管が破裂した場合は、メーターボックス内の止水栓を閉め、市指定給水装置工事業者が水道局に工事

を申し込んでください。止水栓を取り付けていない場合は、止水栓とメーターボックスの材料費のみで水道局が取付工事を行います。費用は、口径13で7000円程度です。

保温材の取り付けなど
ビニール管の立ち上がり部分や露出した水道管は、最も凍結しやすい部分です。ビニール管の立ち上がり部分の保温材付き鋼管への取り替えは、2まで税別1万5000円(水道局の一部助成を含む)でできます。露出した水道管への保温材の取り付け費用は、1から2の標準工事で7500円程度です。

介護保険ってなあ〜に?



Q&A 要介護認定について

Q 介護保険のサービスを利用するには、どのような手続きが必要ですか?
A 介護保険のサービスを利用するには、「要介護認定」の申請をしていただき、「要介護」または「要支援」と認定されることが必要です。要介護認定の申請は、お

近くの在宅介護支援センターなどに相談した上で行ってください。申請を行うと「調査員」が訪問し、心身の状態を調査します。その調査の結果とかがり認定された人は、「自立」

「要支援」「自立」がありま「要介護」または「要支援」と認定された人は、沿って介護サービスが提供されます。

なお、要介護認定がされる前に介護を希望する人は、仮の介護サービス計画を作成して、介護サービスを利用することができます。

「動く市政教室」の今年4月から8月までの団体利用の申し込みを、2月23日午前8時半から受け付けます。

同教室は、市の施設や事業などを見学しながら、市民の皆さんに市政に対する理解を深めてもらうことにも、意見や提案を寄せたい。ただこうというものです。各施設への見学には専用バ

動く市政教室

4月～8月の団体利用
2月23日から受け付け

スを利用し、市民相談室の職員が添乗し案内します。
利用期間 4月～8月(土・日曜、祝日、6月11・28・29日、7月1・30日は除く)
利用時間 午前9時～午後4時までのおおむね4時間以上
対象 自治・町内会、サークルなど20人以上45人までの団体
申し込み 市民相談室(内線2062)へ電話での先着順となりますので、利用日を必ず電話で予約してください。

見学施設の例
(3～4カ所を選択)
エコプラザ、亀田焼却場、新田清掃センター、青山浄水場、中部下水処理場、厚生年金スポーツセンター、東・西総合スポーツセンター、新潟みなと館、ユニゾンプラザ、天寿園、燕喜館、佐潟、園芸センター、市消費生活センター、県政記念館、県庁、東港火力発電所、新潟空港、ほか
有料施設(入館料は、参加者負担)マリニピア日本海、市美術館、郷土資料館、日本海タワー、ほか

健康 一口メモ

この冬も全国的に、インフルエンザが流行しています。特に、老人施設で集団感染が起こり、亡くなられた人も多いとの報道に、不安を感じられた人も少なくないと思います。

予防には、日ごろから体力が低下しないように栄養に注意し、体が冷えないようにする、のどや

鼻が乾燥しないようにマスクをしたり、うがいをするのが大事です。現在最も有効な予防法はワクチンだと考えられています。小児以外では1回の接種でも有効との報告もあります。

ほかに、アマンタジンという薬が有効であることが、分かったのですが、ウイルスの耐性を起こしやすく、その使用には、かかりつけ医とよく相談してください。

(市医師会)

アレルギーの克服に向けて
日時 2月21日午後1時半～4時半
会場 新潟ユニゾンプラザ
内容 講演会(鼻炎、喘息、アトピー性皮膚炎)と医療相談会
問い合わせ 月岡内科医院(234-1666)へ

ライフプランセミナー
日時 3月9日午前9時55分～午後4時
会場 新潟ユニゾンプラザ
内容 豊かな人生の保証、ほか
定員 先着50人 参加費 2,000円
申し込み 県長寿社会振興財団(285-1400)へ

いのちの電話相談員養成講座
期間 4月～来年3月毎週木曜日午後6時半～8時半
会場 旧県社会福祉会館(東中通1)
対象 23歳～61歳の人50人
参加費 25,000円(別途実費あり)
問い合わせ 新潟いのちの電話(229-5677)へ

阪神大震災チャリティバザー
日時 2月18日午前11時半～午後1時
会場 東北電力グリーンプラザ
内容 不用品の寄付も受け付けています
問い合わせ 労力ボランティア中央支部・小磯(283-0215)へ

わんぱくキッズたべものセミナー
内容 親子でリズム体操、調理実習、ほか
対象 2歳以上の幼児とその保護者先着各会場30組 参加費 400円
申し込み 保健所健康増進課(内線3669)へ 保育あり、1人1回200円

安心して高齢(幸齢)社会を生きるための新潟フォーラム
日時 3月13日午後1時半～4時半
会場 市民プラザ 定員 500人
内容 基調講演(樋口恵子・東京家政大学教授) パネル討論
問い合わせ 県司法書士会(228-1589)へ

県高齢者総合相談センター
お年寄りのよろず相談
日時 毎週月～金曜日午前9時～午後5時(祝日除く)
相談電話 285-4165
法律、医療、痴ほう、年金・保険などに関する専門相談あり(要予約)
テレホンサービス
電話 281-5550

献血バス「ゆうあい号」

月日	会場	時間
2・8	新潟総合警備保障(小金町)	午前9時～11時
	新潟大学歯学部(正面玄関前)(学校通2)	午後0時50分～4時半
	北村製作所(河川1)	午前9時～11時半
2・9	オークラホテル新潟(川崎6)	午後1時半～4時
	オリス(鳥野)	午前9時～11時半
2・14	三菱マテリアル 新潟製作所(小金町)	午後1時半～4時
	イトーヨーカドー新潟木戸店(下木戸1)	午前10時～午後4時
2・15	クボタアグリ新潟新潟事業所(上上1)	午前8時半～10時
	新潟青果市場(上3)	午前11時～午後0時半
2・18	文京病院(文京)	午後2時半～4時
	北陸ガス 新潟営業所(附船町1)	午前9時～11時半
2・19	鳥屋野公園建設事務所(清江部)	午後1時半～4時半
	新潟理容美容専門学校(川岸2)	午前9時～午後3時半
	シャープエレクトロニクスマーケティング 新潟店(上上1)	午前9時半～11時
2・20	中央卸売市場(上3)	午後0時半～2時
	B S N新潟放送(川岸3)	午後3時～4時

献血ルーム(全血・成分献血)
東堀(東堀パーク600、2階)第2・4火曜除く毎日
ばんだい(万代シネモールビル2階)毎週水曜除く毎日
受付時間は県赤十字血液センター(230-1702)へ

さくらんぼ学級
日時 3月6・7日午後1時～3時半
対象 多胎の妊婦・家族、興味のある人
内容 妊婦健診、多胎に関する講義、交流会、ほか
問い合わせ 同短大・佐山(227-2400)へ

ゆりかご学級 期
内容 子育てについての学び合い(全7回)
対象 平成10年9・10・11月生まれの子どもの親各会場先着30人
参加費 500円程度(保育あり、1人1回200円)

会場・申し込み	期日	時間
中地区公民館(271-0017)	3/5-4/30	午前10時
西地区公民館(261-0031)	3/4-4/28	〃
鳥屋野地区公民館(285-2371)	3/2-4/27	正午

40代からの健やかライフセミナー
日時 2月19・24日午後2時～3時半
会場 中央公民館
対象 40歳以上先着40人
申し込み 保健所健康増進課(内線3661)へ

精神障害者家族のつどい
日時 2月14日午後1時～4時
会場 市社会福祉センター
テーマ 病気の基本的知識を学ぶ
講師 小熊隆夫(松浜病院医師)
問い合わせ 保健所健康増進課(内線3665)へ

信楽園病院 誘導歩行講習会
期日 2月21日～12月19日毎月第3日
曜日(8月除く)
問い合わせ 信楽園病院・山田(267-1251)へ