

薬と健康の週間



10月17日(木)～10月23日(水)は「薬と健康の週間」です。
医薬品は病気や怪我を治すのに役立つ一方、正しく使わなければ副作用により健康を損なう恐れがあります。以下のことに注意して、正しく医薬品を使いましょう。

- ・医薬品について不明な点がある時は、医師・薬剤師などの専門家に相談して、適切に使用しましょう。
- ・医薬品は、使用期間・用法・用量・保管方法などを守り、使用上の注意を十分に理解して使用しましょう。
- ・複数の医療機関・診療科受診による重複投薬、相互作用の確認などのために、お薬手帳を活用するとともに、かかりつけ薬局を持ちましょう。
- ・子どもによる医薬品の誤飲事故の危険性があるため、医薬品は子どもの手の届かない場所に保管するなど、適切に保管・管理しましょう。

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

断酒例会のお知らせ



毎月第3月曜日に、お酒の問題で悩んでいる人や、家族のお酒の問題で困っている人など、同じ悩みを持つ仲間が集まり、語り合う会を開催しています。

- 場所 気仙沼市本吉保健福祉センター「いこい」
(気仙沼市本吉町津谷新明戸136)
- 日程 令和6年 ・10月21日(月)・11月18日(月)・12月16日(月)
令和7年 ・1月20日(月)・2月17日(月)・3月17日(月)
- 時間 午後1時30分～3時

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113
NPO法人宮城県断酒会 ☎022-397-9543

アルコール（依存症関連）
専門相談・家族教室

アルコール、ギャンブル、薬物などをやめたいのにやめられない人、心配している家族や周囲の人からの相談をお受けします。

- 日時 10月15日(火) 家族教室 午後1時～2時10分
専門相談 午後2時30分～4時15分
- 場所 総合ケアセンター南三陸
- 相談員 東北会病院 鈴木精神保健福祉士
- 予約期限 10月8日(火)

☎ 保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113 気仙沼保健福祉事務所 ☎21-1356

10月は骨髄バンク推進月間です。
～あなたにしか救えない命があります～

厚生労働省では、毎年10月を「骨髄バンク推進月間」と定めています。
1人でも多くの患者さんを救うため、「骨髄バンク」にご登録ください。
移植を待ち望む患者さんのために、町民の皆さんのご協力をよろしくお願いします。

骨髄バンクとは？

広く一般の人に骨髄・末梢血幹細胞の提供を呼び掛け、移植が必要な患者さんのいのちを救うための公的事業です。

どうして
骨髄バンクが
必要なのか？

移植を成功させるためには白血球の型(HLA型)を一致させる必要があります。その型は数万通りあるといわれ、適合度が高いほど成功の確率が高まります。兄弟姉妹間では1/4の確率で適合しますが、親子間ではごく稀です。
そのため、1人でも多くの人にドナー登録していただくことが、多くの患者さんを救うことになるのです。

ドナー登録できる人

- ①骨髄・末梢血幹細胞の提供の内容を十分に理解している人
- ②年齢が18歳から54歳までで健康状態が良好な人
- ③体重が男性45kg以上、女性40kg以上の人

(※)提供できる年齢は20歳から55歳までで、家族の同意が必要です。

ドナー相談窓口

骨髄移植・ドナー登録に関する詳しい情報は、公益財団法人日本骨髄バンクのホームページでご覧ください。



名 称	住 所	電話番号
献血ルームアエル20	仙台市青葉区中央1-3-1アエル20F	022-711-2090
杜の都献血ルームAOBA	仙台市青葉区一番町4-9-18TICビル6F	022-738-9101
仙南保健所	柴田郡大河原町字南129-1	0224-53-3121
塩釜保健所	塩竈市北浜4-8-15	022-363-5504
塩釜保健所 岩沼支所	岩沼市中央3-1-18	0223-22-2189
塩釜保健所 黒川支所	富谷市ひより台2-42-2	022-358-1111
大崎保健所	大崎市古川旭4-1-1	0229-91-0714
大崎保健所 栗原支所	栗原市築館藤木5-1	0228-22-2117
石巻保健所	石巻市あゆみ野5-7	0225-95-1430
石巻保健所 登米支所	登米市迫町佐沼字西佐沼150-5	0220-22-6119
気仙沼保健所	気仙沼市東新城3-3-3	0226-22-6662

☎ 宮城県保健福祉部 薬務課 ☎022-211-2653
保健福祉課 健康増進係 ☎46-5113

まちの健康相談室「ぽかぽか」のお知らせ

自分の健康状態を振り返る機会や、日ごろ人に言えない気持ちを聴いてもらう場としてのご利用など、内容がはっきりしていなくても相談が可能です。相談員(保健師・栄養士)がお待ちしておりますので、お気軽にお立ち寄りください。

- 日時 10月8日(火) 午前10時～午後1時 受付時間は午後0時30分までとなります。
- 場所 南三陸町役場 マチドマ
- 内容 保健師・栄養士による個別相談 ※お薬手帳をお持ちください。

血圧・筋肉量
体脂肪測定など
健康チェックを
してみましょう

☎ 保健福祉課 健康増進係
☎46-5113

まちの健康相談室
「ぽかぽか」

FLOR GELATO ITALIANO MIYAGI
EST. 2011
フロア ジェラート イタリアン ミヤギ

ローマの味を再現した濃厚ジェラート
イタリア本店から直輸入の厳選された天然素材をベースに
ローマの濃厚なジェラートを再現!

季節ごとに多種多様なフレーバーも用意!
ぜひ、南三陸で本場ローマの味をお楽しみください!

■営業時間 平日11:00～17:00
土日祝10:00～17:00
■定休日 毎週月曜日(祝日の場合は翌火曜日)

南三陸さんさん商店街内
HP <https://florjapan.com/miyagi/>

健康経営優良法人
2024
Health and productivity
プライド500

想いを運ぶ
未来につなぐ

地域の血液役として、
豊かな暮らしと産業を
支えてまいります。

一般貨物自動車運送事業/産業廃棄物収集運搬業/引越/タイヤサービス/環境事業

YAMAFUJI 有限会社 山藤運輸
南三陸町志津川字沼田141-3 Tel.0226-46-5825