

# 献血にご協力ください

## 実施日時

日付	受付時間	実施場所
令和6年 12月12日(木)	9:30 ~ 10:00	大津コミセン前
	11:15 ~ 12:00	豊頃町農協前
	13:45 ~ 16:00	豊頃町役場庁舎前



## 献血の基準

種別	年齢	体重	血圧	脈拍	体温	献血の間隔	年間総献血量
400ml 献血	男性 17~69歳 女性 18~69歳	男女とも 50kg以上	【最高血圧】 90mmHg以上 180mmHg未満 【最低血圧】 50mmHg以上 110mmHg未満	40回/分以上 100回/分以下	37.5度 未満	男性は12週間後、 女性は16週間後 の同じ曜日から	男性 1,200ml以内 女性 800ml以内

- ※ 65 ~ 69歳の方は、60 ~ 64歳の間に献血されたことのある方に限ります。
- ※ 200ml献血は、16 ~ 19歳までの方で男性は体重45kg以上50kg未満、女性40kg以上50kg未満の方のみ受付させていただきます。
- ※ 高尿酸血症や高血圧症、高脂血症の薬は、当日服用していても献血できます。その他内服薬でご不明な点はお問い合わせください。
- ※ 出血を伴う歯科治療をされた方は、治療後3日間は献血をご遠慮いただきます。

## 予約にご協力ください ~次のいずれかの方法でご予約ください

電話	北海道赤十字血液センター 帯広出張所 献血係 Tel 0120-245-125 (土曜・祝日以外 9:00~17:00)	Web 予約	『ラブラッド』でWeb検索または、 QRコードをスキャン してアプリを ダウンロード
----	---	-----------	---

- ※ ラブラッドの利用には会員登録が必要です。
- ※ 予約の締切りは、献血実施希望時間の3時間前までです。
- ※ ラブラッドによる事前予約の景品は、数に限りがありますので、景品がなくなり次第終了となります。

ラブラッドから予約し、問診に事前回答された方のうち400ml献血にご協力いただいた方には、ボックスティッシュを3箱または卓上カレンダーをプレゼント

- ➕ 献血を受けると、コレステロール値等の血液データがわかり、自身の健康管理に役立ちます
- ➕ 献血にご協力いただいた方には、公共ポイント100ポイントを付与します

## 大切なお知らせ

献血の協力者数が少ない会場においては、献血の廃止や献血実施回数の削減を実施せざるを得なくなる場合があります。献血の実施体制を維持するために、より多くの皆様のご協力をお願いいたします。

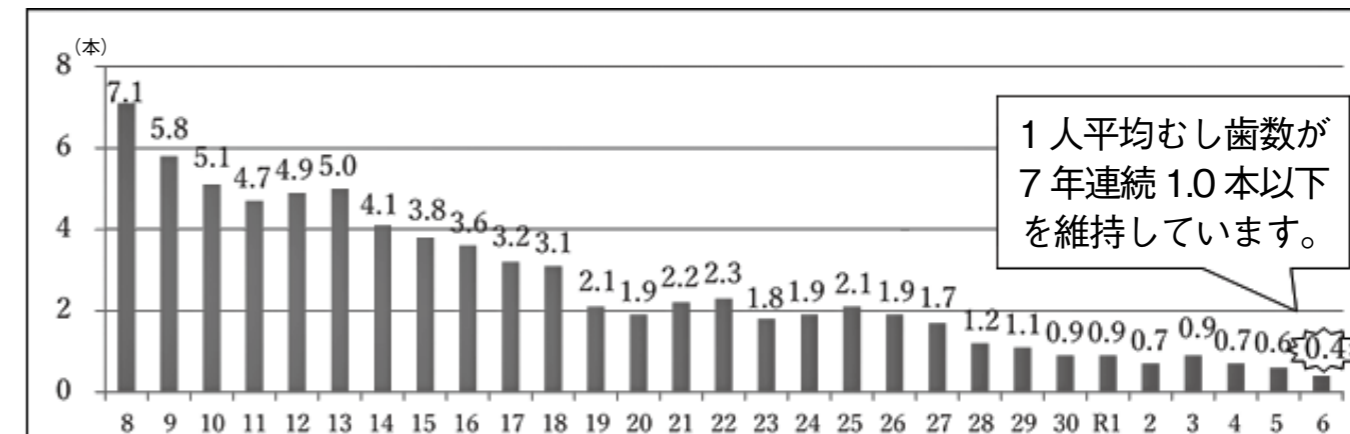
問い合わせ先 役場福祉課健康係 ☎ (574) 2214

# 健康だより

## 豊頃町における保育所児のむし歯保有状況

豊頃町の保育所に通う1歳から5歳児の1人当たりの平均むし歯数が今年度0.4本を記録し、記録が残る中で過去一番良い結果になりました。

● 1人当たり平均むし歯数の推移(平成8年度~令和6年度) ※茂岩保育所・大津保育所



## むし歯数が減少した背景

- ◎適切な歯磨き習慣  
食べた後磨くという意識が高まり、児童自身での歯磨きと保護者の方の仕上げ磨きが習慣化されたことでむし歯数減少につながりました。
- ◎フッ化物洗口  
大津保育所では平成10年に、茂岩保育所では平成13年にフッ化物洗口が開始され、児童が継続してフッ化物洗口を頑張ったことで、歯の質の強化、むし歯予防につながりました。
- ◎フッ化物塗布  
豊頃町では、生後6か月から17歳の方を対象としてフッ化物塗布を実施しており、フッ化物塗布の積極的な実施がむし歯予防につながりました。

## 最後に...

小さな頃の歯磨き習慣が鍵となり、健康な歯を育てる土台となって、大人になっても健康で多くの歯を残すことができます。毎日の歯磨きを丁寧に行い、定期的に歯のプロフェッショナルの歯医者さんを受診するようにしましょう。豊頃町歯科診療所では、生後6か月~17歳は、無料でフッ化物塗布、歯科健診を受診することができます。

問い合わせ先 役場福祉課健康係 ☎ (574) 2214