

日高町保健推進員をご存じですか？

保健推進員とは

日高町民の健康増進を担う役割として、健康増進課及び地域住民課とともに活動している地域のお母さん方のことです。乳幼児健診や健康まつり、赤ちゃん訪問などで会ったことはありませんか？

地域の健康増進活動に取り組んでくれる方に、日高町より委嘱しています。

保健推進員の主な活動内容

1. 日高町の保健師との連携による家庭訪問
2. 乳幼児健診や乳児相談、子育てひろばなど、子育てに関する各種事業のお手伝い
3. 健康まつりでのヘルシー試食の提供
4. 児童生徒等を対象にした食育活動
5. 健康増進等、活動内容に関する研修会等の参加

昭和50年代からの歴史ある会です。合併してからは両地区で連携して益々活動の場が広がっています。活動歴が20年を超えるベテランから2年目の方まで、現在56名の保健推進員が活動しています。年代も様々で、和気あいあいと活動中です。

地域の母として一緒に活動してくれている方を募集しています！

日高町の健康増進のために活動してみませんか？興味のある方はお気軽にお問い合わせください。各地区の保健推進員については、広報ひだか2016の6月号をご参照ください。



↑ 樹魂まつりにて保健推進員恒例つぶ飯を売りました



↑ 健康まつりで提供するヘルシー試食の試食会（クッキングサークル）の様子



↑ 学童保育に通う児童と楽しく調理しました



↑ 乳幼児健診でのお手伝いの様子

お問い合わせ 日高町役場 健康増進課 健康増進グループ 電話 01456-2-6571

3月1日～3月8日は女性の健康週間です

女性は、家庭にあっても、職場や地域社会にあっても、健康を守るキーパーソンであると言っても過言ではありません。その女性自身が生涯を通じて元気であることが、社会全体の元気の源とも言えます。

そんな女性の特徴として、思春期・性成熟期・更年期・老年期といった大きなライフサイクルにおいて、女性特有の心身の変化が起こりやすく、それに伴って心身の不調を感じる方が多くいます。

女性一人ひとりが生き生きと過ごせるために、みなさんに女性の健康について知ってもらい、健康づくりの普及を図ることが目的です。

ひとりで悩まないで・・・

静内保健所「女性の健康サポートセンター」をご利用ください

「女性の健康サポートセンター」では、妊娠、出産、子育てに関すること、不妊に関すること、思春期や更年期の心身の健康に関することなど、女性の健康上の幅広い相談について保健師などがお受けします。

相談は、「女性の健康相談ダイヤル」（電話相談）や、「女性の健康相談の日」（毎月1回・来所相談・予約制）でお受けします。

◆ 「女性の健康相談ダイヤル」（電話相談）

保健所に電話をしていただいて、「女性の健康相談ダイヤル」と伝えていただくとすぐに保健師がお受けします。

<相談時間> 月曜日から金曜日の 9:00～17:00（土日祝日を除く）

<電話番号> （代）0146-42-0251

◆ 「女性の健康相談の日」（来所相談・予約制）*前日までにご連絡ください。

<相談日> 毎月第4水曜日

<時間> 13:00～16:00

<場所> 静内保健所2階診察室（新ひだか町静内こうせい町2丁目8番1号）

400mL献血にご協力ください

献血は、輸血を必要としている患者さんに使用されて、初めて献血者の善意が生きてくるものです。現在、輸血用の血液製剤はすべて皆さんの献血血液で確保され、尊い生命が救われています。

しかし、医療技術が進んだ現在でも、輸血によって副作用の発生が見られることがあります。治療の際に800mLの輸血を必要とする場合、200mL献血では4人分の血液が必要ですが、400mL献血では2人分の血液で間に合います。

これによって輸血で起こる副作用などを大幅に減少させることができ、治療効果の高い、より安全な輸血が期待できます。大切な生命を守るため、400mL献血にご協力をお願いします。

平成23年4月1日から、男性の400mL献血が可能となる年齢が「18歳」から「17歳」に引き下げられました。また、男性の血小板成分献血が可能年齢が「54歳」から「69歳」に引き上げられました。

なお、患者さんに、より安全な血液製剤を供給するため、エイズの検査を目的とした献血はお断りしています。

【お問い合わせ】 北海道静内保健所（日高振興局保健環境部静内地域保健室）

電話 0146-42-0251