

保健婦だより

健康カレンダー 七月

『献血』は健康にみちた
愛の贈り物

七月は「愛の血液助け合い運動」の月です。皆さんの中には、何度も献血に協力している方もいれば、逆に献血によって助けられたことがある方もいると思います。今月は、この献血について考えてみましょう。



献血はなぜ必要なのでしょう。現在多くの人の生命を救う輸血用血液は、まだ人工的には造られていません。医療に必要な血液の確保は、皆さんの協力に支えられているというわけです。献血には、成分献血と全血献血があります。成分献血は成分採血装置を用いて血液中の血漿や血小板を採取し、献血する前の状態に戻るのが遅いといわ

れる赤血球は再び体内に返すので、身体への負担は軽い方です。成分献血には、次の三種類があります。

☆血小板成分献血（主に血小板を献血する方法）

☆多血小板血漿成分献血（血漿と血小板を同時に献血する方法）

☆血漿成分献血（血漿だけを献血する方法）

もうひとつの全血献血は、全ての血液成分を献血する方法で、四百ml献血と二百ml献血があります。採血には、年齢や体重などの基準があり、二百ml献血は十六才から、四百ml献血は十八才から、共に六十四才までの方となっています。

こうして献血された血液は、血液センターに運ばれ全ての血液に対して様々な検査が行われます。厳しい検査に合格した血液は、手術時の輸血や治療用の血漿分画製剤（血液凝固因子製剤、免疫グロブリン製剤等）になり、医療機関の要請に対して二十四時間体制で供給を行い、皆さんの大切な生命を守り、救うために役立つというわけです。

あなたの一回の献血が何人かの人を助けているのです。まさに、『献血は愛の贈り物』ですね。

『国保料改定 について』

● 八年ぶりの改定

過去五か年の国保医療費は平均三%、最近では五・八%も増えています。特に、高齢社会を反映して老人医療費をまかなうための財源となります老人保健医療費拠出金が平均で十五・八%も伸びており、このためどこも健康保険でも苦しい経営状況です。

● 市国保の保険料と医療費は？

平成六年度をみると、一世帯あたりの保険料が県内四十九市町村中下から三番目であるのに、一人あたりの医療費は、逆に、高いほうから数えて二番目です。これは近年同じような傾向です。

● 改定料率

今回一世帯あたり平均で約十%の改定となります。

『国保で安心わが家の健康』

国保は、ふだんからお金を出し合い、病気やケガをしたと

区	分	改	前	改	定	後
所得	割合	6.5	100	7.5	100	
資産	割合	70	100	60	100	
均等	割合	一人あたり	8,400円	一人あたり	13,200円	
平等	割合	一世帯あたり	13,200円	一世帯あたり	15,600円	

きの医療費にあてようという、相互扶助を目的にしたものです。『からだの抵抗力をつけよう！』

病気はからだの生理機能が低下し、抵抗力が衰えたときに現れます。ふだんからバランスのとれた栄養、適度の運動、十分な睡眠と休養を心がけ、からだに抵抗力をつけましょう。

『早期受診、早期治療を心がけましょう！』

早期受診のためには、少なくとも年に一回は健康診断を受けたいものです。お問い合わせは市民課国民健康保険係（☎五四一―一内線二二四）へ

みなさんからの

お問い合わせ

平成八年五月一日～三十一日

社会福祉協議会、善意銀行扱い分

※敬称略

●現金預託 ▼社会福祉へ 相良建設 友好会（細尾町） 二

万百八十円、コンビニエンスストア「スパイ」日光東照宮前店

（本町二） 五千八百九十八円、日光市役所都市計画課（中

鉢石町） 一千六百六十三円、

工場フリーテニス愛好会「昼仲

母子家庭の皆さんを ご招待

市では、高校生以下のお子さんをお持ちの母子家庭のお母さんとお子さんを、一泊で夏のレクリエーションにご招待いたします。

▼期日 八月一日（木）～二日（金）

▼場所 ひたち海浜公園（茨城県）

▼宿泊 えびのや旅館

▼募集人員 先着二十名

▼申込締切 七月二十五日（木）

▼申し込みとお問い合わせは、福祉保健課福祉係（☎五四一―一

一内線四三三・四三四）。

会」五千円、松原町婦人部あゆみの会 三千円、匿名 三千円、野沢光枝（稲荷町二） 二千円、匿名 一千円、▼日光キスゲ作業所へ 匿名 三千円、

▼交通遺児へ 山田春子（所野）一千円、▼下野三楽園へ

匿名 一千円、

●物品預託 ▼いちいの家へ 古河電工製板工場フリーテニス愛好会「昼仲会」 雑巾十九枚、▼身体障害児（者）へ 鶴

島アヤ（安川町） オシメ二十枚、▼誕生日ありがとう運動本

部へ 匿名 古切手