

健康セミナー(第1回)

- 日時 7月22日(木)午後1時15分〜3時、開場は正午
- 場所 那須野が原ハーモニーホール 大ホール
- テーマ 「がんばらないけどあきらめない」
- 講師 鎌田 實氏(医師・作家)



【プロフィール】

1948年東京生まれ。東京医科歯科大学医学部卒業。35年間、医師として地域医療に携わり、チエルフライとイラクの救援活動にも取り組む。2009年ベスト・フアーザーイエローリボン賞(学術・文化部門)受賞。ベストセラー「がんばらない」「あきらめない」など著書多数。現在、諏訪中央病院名誉院長。

- 対象者 大田原市民
- 定員 1100名
- 入場料 無料
- 修了証など 全4回の講演会をすべて受講した方に、記念品と修了証を贈呈いたします。講演会当日に、広報おたわら6月15日号にて折り込み配布した「受講カード」

を持参し、会場受付でスタンプの押印を受けてください。

- 申込方法 事前の申し込みは不要。受講をご希望の方は、セミナー当日、直接会場にお越しください。
- 主催 大田原市健康長寿都市推進委員会・大田原市
- 問い合わせ 大田原市健康長寿都市推進委員会 事務局(健康政策課内) (23)8704

骨髄バンクドナー出張登録にご協力を

白血病、再生不良性貧血、先天性免疫不全症などの血液難病は、以前は有効な治療法がなく治りにくい病気でしたが、今では骨髄移植により健康を取り戻せるようになりました。

しかし、骨髄移植を成功させるためには患者さんと骨髄を提供してくださる方(ドナー)の白血球の型(HLA型)が一致しなければなりません。HLA型が一致する確立は兄弟姉妹で4人に1人、それ以外では数百人から数万人に1人とまれなため、骨髄移植を受けられない患者さんが少なくありません。

そのため市では、広く市民の方々に骨髄提供を呼びかけ、献血と合わせて骨髄バンクの出張登録を行っています。

- ドナー登録受付(出張登録) 〇日時 7月15日(木)午前10時〜午後2時30分

保健センターの教室・相談

乳幼児健康相談 ■こども課母子健康係 (23)8634

管理栄養士・保健師・看護師が子育てについての相談を受けます。育児に関する悩みについて、お気軽にご相談ください。

日時	場所	内容	持ち物
7月29日(木) 9:30~11:00	黒羽 保健センター	身長と体重測定・育児相談	親子健康手帳 (母子健康手帳)

すくすく教室 ■こども課母子健康係 (23)8634

10か月~11か月のお子さんを対象とした、こころとことばを育む準備の教室です。対象者には個別に通知します。

日時	場所	内容	持ち物
7月16日(金) 9:30~11:30	大田原 保健センター	講話・集団指導(親子のスキンシップ)	親子健康手帳 (母子健康手帳)

おたっしゃクラブ ■高齢いきがい課介護予防係 (23)8917

いつまでも住み慣れた地域でいきいきと自分らしく生きるために、積極的に身体を動かし、脳を活発に働かせましょう。

日時	場所	内容
7月27日(火) 9:30~11:30	大田原 保健センター	与一いきいき体操

リフレッシュデイ ■高齢いきがい課介護予防係 (23)8917

健康で自立した生活を続けるために、体を動かし、心身ともにリフレッシュしましょう。 ※雨天時中止

日時	場所	内容	持ち物
7月22日(木) 10:00~11:30	大田原 保健センターほか	しんとみリフレッシュパークまでのウォーキングと与一いきいき体操など	飲み物・帽子・タオル

- 会場 大田原市総合文化会館
- ドナー登録できる方 次の3項目すべてに該当する方
- ①18歳から54歳までの健康な方
- ②骨髄提供の内容を十分に理解している方
- ③体重が男性45kg、女性40kg以上

の方 ※登録にご協力くださる方は、事務局までご連絡ください。

■問い合わせ 大田原市骨髄バンク登録推進協議会事務局(健康政策課 健康政策係) (23)8704