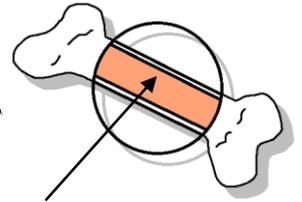




# 人助けなら、**保健所**へ。

ドナー  
—あなたも **“提供者”** になりませんか—



広報マスコット  
たんにゃん

こつずい  
**骨髄ドナー**

せきずい  
**脊髄**とは関係  
ないにゃ!

とは…骨の内部に存在するスポンジ状の組織—**骨髄**—を、白血病などの患者さんへ提供される方が**骨髄ドナー** (donor: 寄付者、提供者) です。この**骨髄**で作られる白血球の型は、**数百～数万分の 1** の確率でしか一致しません。つまり、多くの患者さんを救うためには、それより多くの**骨髄ドナー**が必要なのです。

## Q **骨髄ドナーの登録 (ドナー登録) ってどこでしているの?**

**A** 登録手続きは最寄りの**保健所 (健康福祉センター)** にて**無料**でできます。

また、ご希望であれば**献血**の会場に職員が出張し、献血と同時に登録をすることもできます。  
(この場合は献血を行うことが条件となります)

**必ず!!**  
**事前に…**

予約電話番号 0778-51-0034 (福井県丹南健康福祉センター)

## Q **登録って何をするの?**

**A** まずはドナー登録のしおり『**チャンス**』の内容を説明します。

その後、**骨髄バンク**についてご理解いただけましたら、**2ml** (ペットボトルキャップの 1/3 程度) の**採血**を行います。これで終了です。

### 《参考》

ドナー登録できる年齢は 18 歳以上、54 歳以下ですが、実際に**骨髄**を提供できる年齢は 20 歳以上、55 歳以下です。満 55 歳の誕生日に登録は自動で取り消されます。



# ～ 正しく知ろう！薬の使い方～

## 口から飲む薬（錠剤、カプセル剤、散剤、顆粒剤、液剤、シロップ剤）

- どこで溶け、どのくらいの時間で吸収されるかなど、効果を考えた設計になっています。そのため、飲みにくいからといって、錠剤をかんだり、カプセルをはずしたりすると、作用が低下したり、副作用が強くなる場合もあるのでやめましょう。
- 薬はコップ1杯の水かぬるま湯で飲みましょう。ジュースやアルコールなどで飲むと、効果に影響が出たり、副作用が多くなったりすることがあります。
- 飲む時間を守りましょう。

食前：食事の30分ほど前      食後：食事の30分ほど後  
食間：食後2,3時間      寝る前：寝る30分ほど前  
頓服：必要に応じて



## 皮膚に貼ったり、塗ったりする薬

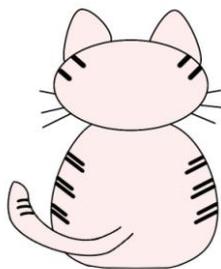
（軟膏・クリーム剤、点眼剤、液剤、ローション剤、坐剤、点鼻剤、貼付剤）

- 外用剤を塗った後に、上からフィルムでおおうなどすると、吸収がよくなりすぎて副作用が出やすくなったり、効果が変わったりする可能性があるので注意してください。

### <説明書は使用前に必ず読みましょう>

説明書には、安全で適正な使用を図るための情報がわかりやすく簡潔に記載されています。特に、持病（基礎疾患）がある人、他の薬を服用している人、妊婦、授乳婦等は、使用上の注意など、使用前に必ず確認してください。

### Q.薬を飲み忘れてしまった時は？



食後の薬を飲み忘れてしまったにゃ・・・  
次のごはんの時にまとめて飲めばいいかにゃ？

A. 飲むべき時間からそれほどたっていないければその時に飲み、次に飲む時間が近いときは次の分から飲みましょう。**1度に2回分服用することはやめましょう。**

\*\*\*\*\*お知らせ\*\*\*\*\*

### 入学前の予防接種はお済みですか？

小学校入学までに必要な予防接種は決められています。対象となるお子様の保護者の方は、予防接種に漏れないか今一度母子手帳でご確認ください。定期の予防接種に関しては無料で受けることができます。詳しくは各市町の担当課または県健康福祉センターまでお問い合わせください。

市町名	担当課	お問い合わせ先
鯖江市	健康課	0778-52-1138
越前市	健康増進課	0778-24-2221
池田町	保健福祉課	0778-44-8000
南越前町	保健福祉課	0778-47-8007
越前町	健康増進室	0778-36-1375
福井県丹南健康福祉センター(鯖江)	地域保健課	0778-51-0034