

## 本市のバレンタイン献血キャンペーン

期日	時間	場所
2月8日(日)	10:00~12:00 13:30~16:00	銀河モール花巻
2月10日(火)	9:30~11:30 13:00~14:00 15:00~16:30	石鳥谷総合支所 石鳥谷総合支所 宝陽病院
2月12日(木)	13:30~16:00	J Aいわて花巻本店

\*期間中、献血にご協力いただいた人にバレンタイン記念品をプレゼントします

冬期間における血液の安定確保のため、2月14日(土)まで「バレンタイン献血2026」を県内各地で実施します。

冬期間は、感染症の拡大や大雪の影響で血液の確保が難しくなる恐れがあります。皆さんのかたかい気持ちを、献血で届けてみませんか。

県献血マスコットキャラクター「ココロンちゃん！」

【問い合わせ】健康づくり課(☎41-3607)

安定期した血液確保のためご協力を

号の広報はなまきや市ホームページに掲載しています。

ジ、岩手県赤十字血液センターのホームページに掲載しています。

献血バスでお願いしている

400ミリットル献血の場合、受け付けから終了まで約40分。この短時間の協力で助かる命があります。また、献血は事前の予約も可能です。

市内の献血日程は、毎月1日

血液は、生きた細胞のため長期保存ができず、人工的につくることもできません。輸血用の血液は、皆さんの善意の献血により支えられています。

献血はどうして必要なのか

献血は、病気の治療や手術などで輸血を必要としている患者さんのために、健康な人が血液を提供するボランティアです。

血液バスでお願いしている

400ミリットル献血の場合、受け付けから終了まで約40分。この短時間の協力で助かる命があります。また、献血は事前の予約も可能です。

市内の献血日程は、毎月1日

血液は、生きた細胞のため長期保存ができず、人工的につくることもできません。輸血用の血液は、皆さんの善意の献血により支えられています。



## 花を育てて まちを美しく 令和8年度 花苗無料配布のご案内

市では「花いっぱい運動」の一環で、多くの人の目に触れる場所で花壇活動を行っている団体・個人(花壇等実践者)に花苗を無料で配布しています。花苗の配布を希望する場合は、初めに花壇などの登録が必要です。

### ■対象となる花壇など

▷道路などに面している花壇やプランター、街路樹マス(住宅や事業所の敷地内でも可)▷市が整備したコミュニティ花壇▷公民館、学校、保育施設、福祉施設など、多くの人が利用する施設の花壇やプランター

### ■配布花苗

- 夏苗…夏から秋にかけて咲く花苗12種類[5月～7月に配布。申し込みは2月13日(金)まで]
- 秋苗…秋から春にかけて咲く花苗7種類[10月に配布予定。申し込み開始は7月ごろ]

### ■新規登録方法

花を植えたい花壇などの場所を決めた上で、オ

### 花壇などの整備に補助金を交付しています

市では、花壇等実践者が、花壇を整備(新設または修繕)する場合に補助金を交付しています。花壇を整備しようとする場合は、事業着手前に下記へご相談ください。

※花苗無料配布について詳しくは、市ホームページに掲載しています

【問い合わせ・相談】新館都市政策課(〒025-8601花城町9-30 ☎41-3569 FAX22-6846 E-mail:kouen@city.hanamaki.iwate.jp)



キヤッチコピーは「想いが動けば、愛が届く。」



## 保健推進委員の活動を紹介します

現在市内に289人いる保健推進委員は、各地区の行政区長からの推薦に基づき、市長から委嘱されています。「健康なまち花巻」を支える保健推進委員の活動を紹介します。

【問い合わせ】健康づくり課(☎41-3613)



### 保健推進委員とは？

保健推進委員は、市の健康づくり事業への協力や地域活動を通じて、まず自身が健康になるヒントを学びます。それを家族・職場・地域などに広げることで、地域の皆さんの健康づくりにつながる活動をしています。

### ■保健推進委員の主な役割

- 地域の人などへの健診受診の周知・声かけ
- 健康教室などの開催周知や参加
- 健康イベントや研修会への参加
- 各地区協議会での自主研修会の開催・参加

### 令和7年度の活動内容

#### ●健診受診の声掛けなど

各振興センターなどへ健診案内ポスターの掲示や地域の皆さんへ受診の呼び掛けを行い、健診受診率の向上につなげています。本

市の健診受診率は、県内で高い状況を保っており、その成果の陰には、保健推進委員の地道な活動の積み重ねがあります。

#### ●各地区協議会での自主研修会の開催

各地区の保健推進委員がそれぞれ学びたいことを話し合い、自身や地域の健康づくりに役立つ内容の研修を行っています。健康に関する知識を学ぶだけでなく保健推進委員同士の交流を深める機会にもなっています。

#### 自主研修会ではこんなことをしています

- 介護予防の体操や脳トレーニング
- 腰痛・膝痛予防に関する講話や体操
- リラクゼーションヨガ
- 歌謡曲に合わせた有酸素運動

#### ●健康について学習

各種健康講座や研修会に参加し、健康に関する正しい知識を学び、学んだ内容を地域での集会などの場で皆さんに伝えています。



▶令和7年10月27日開催の研修会の様子



#### 保健推進委員のコメント

- 生活に役立つ情報を学ぶことができ、ありがとうございます
- 健康を意識するようになりました

### 第2回保健推進委員研修会

保健推進委員以外の人も参加できます。参加無料、申し込み不要です。

【期日】2月7日(土)

【時間】午後1時30分～3時

【会場】文化会館

【内容】講演「温かな寄り添いが明日への力に～ゲートキーパーとしてできること～」(講師は秋田大学大学院准教授の佐々木久長さん)