

ぐんまの赤十字

January. 2021

vol. **24**

特集

数字で見る 群馬県の赤十字



各施設から

ノー・ヒット・ゾーンについて / 大人にも接種をおすすめしたいワクチン
「群馬県♡献血推進ガール」に清水麻璃亜さん / 貧血予防レシピ

CHECK! 外から見た赤十字

小池医院の中尾先生にお話をお伺いしました / 新規献血協力団体の方にお話をお伺いしました

My Experience

青少年赤十字国際交流派遣に参加して

INFORMATION

新型コロナウイルス感染症 在宅看護のポイント / ラブラッド会員募集



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

群馬県の赤十字

救護班組織数

(令和2年3月31日現在)

常備
救護班
10班

前橋
赤十字
病院
8班

原町
赤十字
病院
2班

※うち前橋日赤には、DMATと協同する
初動救護班2班を含む。



常備救護班

万が一の災害発生に備え、医療
救護チームである救護班を平時
から編成し、迅速な救護活動を
展開できる体制を整えています。



救護班のメンバー構成

1個班の編成は、医師1人、看護師長1人、看護師2人、主事2人の
計6人の編成を基本とし、災害の種別やフェーズにより薬剤師や
放射線技師なども加わります。

登録された救護員

災害対策本部の活動に従事する災害対策本部要員、現地にて医
療救護活動に従事する救護班要員、血液の供給に従事する血液
供給要員など、様々な役割によって体制を整備しています。

災害
本部員

57人

救護班
要員

68人

血液供給
要員

18人

救護
看護師

690人

救護班等の 出動状況

(令和元年度実績)



救護班

7班

災害医療
コーディネートチーム

3班

施設別講習指導員の人数

群馬県
支部
11名

前橋
赤十字
病院
56名

原町
赤十字
病院
17名

血液
センター
2名

赤十字講習会は、病気やけがをした場合の応急
手当をはじめ、子どもの看病や事故予防、高齢者
の自立を目指した介護の方法など、ライフステー
ジに応じた様々なプログラムがあります。

日赤群馬県支部では、年間300回ほどの講習会を
実施し、約9,500名の方が受講しています。総勢
173名の資格を持った指導員によって講習を展開
しており、約半数が職員指導員です。職員指導員
とボランティア指導員が共に、講習普及を通じて
地域の皆さまへ貢献できるよう努めています。
自分自身や家族はもちろんのこと、地域や職場や
学校など、あらゆる方々の健康・安全の一助にお
役立てください。

前橋・原町両病院のベッド数 (保健医療圏内における割合)



前橋赤十字病院

前橋
全体

一般病床数
3,044床のうち
527床
(17.31%)

療養病床数
382床のうち
0床
(0%)

精神病床数
922床のうち
22床
(2.39%)

感染症病床数
8床のうち
6床
(75%)

原町赤十字病院

吾妻
全体

一般病床数
754床のうち
176床
(23.34%)

療養病床数
396床のうち
19床
(4.8%)

精神病床数
223床のうち
0床
(0%)

感染症病床数
4床のうち
4床
(100%)

※数値は、群馬県病院要覧（令和2年8月末現在）から引用

患者受け入れ数 (令和元年度実績)

前橋
赤十字
病院

外来患者
867.6人
(日平均)

入院患者
505.7人
(日平均)

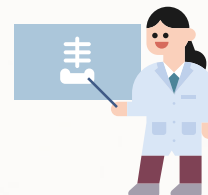
救急車受入台数
14.85台
(日平均)

原町
赤十字
病院

330.1人
(日平均)

156.3人
(日平均)

1.97台
(日平均)



血液製剤供給本数 (令和元年度実績)

前橋
赤十字
病院

赤血球製剤
3,924本

血漿製剤
1,631本

血小板製剤
949本

合計
6,504本

※県内141病院中3番目に使用、約1,146人の患者さんに輸血しました

原町
赤十字
病院

赤血球製剤
344本

血漿製剤
11本

血小板製剤
18本

合計
373本

※県内141病院中40番目に使用、約125人の患者さんに輸血しました

献血者のみなさまにいただいた血液は輸血用血液製剤となり、病気の治
療や手術などで輸血を必要とする患者さんのもとへ届けられています。
前橋赤十字病院は県内唯一の高度救命救急センターのため、交通事故や
高所転落などの大きなケガに対する緊急輸血が多いです。その他、一般的
な手術や、血液疾患の治療など、輸血が必要な病気は多岐に渡っています。
原町赤十字病院では予定された手術に合わせて計画的に使用しています。

献血者数及び献血率 (令和元年度実績)

県内の実質献血者数※1

45,627人

県内の献血対象者数※2

1,240,575人

県民の献血率
3.68%

※1 実質献血者数：同一人物が複数回献血した場合は1人として換算
※2 献血対象者数：16～69歳（群馬県年齢別人口統計調査結果
（令和元年10月1日現在）から算出）



県内の赤十字施設で 働く職員数

計 **1,714** 名

※数字は正規職員数（令和2年3月31日現在）

群馬県
支部

16名

前橋
赤十字
病院

1,376名

原町
赤十字
病院

229名

血液
センター

93名

ノー・ヒット・ゾーン

(医療現場から児童虐待防止を発信する取組) について

小児科 副部長 みぞぐちふみたけ 溝口史剛

● ノー・ヒット・ゾーン (NHZ) とは

NHZとは、病院の敷地内において喫煙の禁止を明示するのと同じように、病院のポリシーとして敷地内におけるあらゆる暴力を禁止することを明示するもので、2005年にオハイオ州のレインボー小児病院が世界で初めて実施し、2012年にケンタッキー州のノートン小児病院が実施資料を他施設に提供したことで米国東海岸を中心に急速に広がりを見せている取組です。米国では病院を超え、市を挙げた取組として進んでいる地域も出始めています。

例えば、男性の喫煙率が1965年の82.3%から2018年には27.8%に減少したように、暴力の問題に関しても医療が健康問題として発信し続けることで新たな文化を創出し、暴力に基づく心身の健康被害を減らしていくことはできるはずです。

● ノー・ヒット・ゾーン (NHZ) の目的

NHZの目的は、「患者とその家族」「病院で働く人」にとって快適で安全な環境を作り強化することです。暴力を問題解決の手段として用いることの有害性について患者さんやご家族とコミュニケーションを取り、患者さんに応じた支援を行うスキルを身に付けたスタッフが増えることで、副次的にパワハラなどの職場環境も改善されます。

とりわけ子どもへの暴力を根絶することは、社会全体にとっても重要です。お尻を叩く等の軽微な体罰でも月に一度以上の体罰を受けている子どもは、思考・判断・意欲をつかさどる前頭前野の大きさが19.1%も小さくなることが知られています。実際、体罰を法的に禁止している国は、そうでない国に比べ、若者間の暴力事件の発生は69%も低く虐待死の発生も低いことが知られています。現在、日本では約60%の大人が体罰を是認している状況にありますが、



1979年に世界で初めて体罰を禁止したスウェーデンでは、その割合は9%となっています。暴力の文化を次世代に持ち越さない責任は、地域社会全体で担う必要があると私たちは考えています。

● これまでの院内暴力対応策との違い

日本では2020年4月から体罰が法的に全面的に禁止されました。このタイミングで、当院は体罰文化の根絶のための啓発活動としてNHZの取組を始めました。

これまでの院内暴力の対策は、基本的には「排除の理論」に基づき行われてきました。しかし、小児病院で発展してきたNHZは「支援の理論」に基づくものであり、暴力を問題解決の手段とすることの有害性を啓発し、暴力に頼らない手段を知ってもらうことに力点が置かれます。米国ではNHZの導入に伴い、その対応の講習機会を増やすことで、医療スタッフの93%が介入を行う責任性について理解し、94%が親の体罰を発見した場合に具体的に介入できる知識が得られたと報告されています。



NHZの取り組みは、以下の5段階に分類されています。

1	1人以上のスタッフが導入を検討し、準備を開始している
2	複数のスタッフが導入を計画し、既に導入した他施設と連絡を取れる状態にある
3	NHZであることの院内掲示を行い、職員へのトレーニングを開始している
4	職員トレーニングが概ね終了し、1人以上のスタッフが職務としてNHZに取り組んでいる
5	NHZであることが地域に認知され、他施設に導入の働きかけをしている

当院は既に第3段階にいます。1年かけて第5段階に進み、地域を挙げた取組に発展させたいと思っています。日本初のこの取組が成功した場合には、多くの小児病院や、日赤グループ全体や、前橋市全体への取組に発展しうるポテンシャルがあると、我々は考えています。

大人にも接種をおすすめしたいワクチン

薬剤部 製剤課長 いながわ ひでき 稲川秀樹

皆さんは「予防接種」と聞いてどんな想像をしますか。多くの方が「子供が行うもの」と思われるのではないのでしょうか。予防接種が必要とされるのは子供だけではありません。大人（特に高齢者）になってからでも必要とされる予防接種をご紹介します。

● 1つ目：「インフルエンザワクチン」

インフルエンザウイルスは年によって型が異なるため、毎年の接種が必要です。ワクチンの有効期間に関しては色々な意見がありますが、高齢者では3ヶ月程度といわれています。流行の時期を考慮すると、ワクチン接種は10月末～11月に行うのが望ましいです。ワクチン接種は本人の予防目的のみならず、アレルギー等で接種することができない人に移さないようにする目的（集団免疫）があります。医療従事者が全員インフルエンザワクチンを接種するのは後者の目的も大きく、接種の優先順位が高くなっています。海外では、注射ではなく鼻に投与するワクチンなども販売されています。

● 2つ目：「肺炎球菌ワクチン」

肺炎球菌は市中肺炎における最大の原因菌であり、高齢者や病氣・薬の影響で免疫機能が低下している方には接種が推奨されます。肺炎球菌は**莢膜**という細菌を包む膜の**きょうまく**の違いにより全部で93種類の型があり、その中から23種類を含んだ「ニューモバックス」と、13種類を含んだ「プレベナー13」というワクチンが我が国には存在します。免疫の付き方が異なるため、ニューモバックスは5年毎の接種が必要となり、プレベナー13は高齢者に対して1回のみの接種となっています。両者には異なる型が含まれていますので、どちらも接種することが推奨されます。ちなみに、ニューモバックスは小児には免疫が付きにくいので、2歳未満には接種してはいけないこととなっています。その為、小児に対する細菌性髄膜炎の予防にはプレベナー13が用いられています。

● 3つ目：「水痘带状疱疹ワクチン」

带状疱疹は水痘の原因ウイルスである水痘带状疱疹ウイルス（VZV）によって発生します。VZVは水痘を発症させた後、神経に潜伏し続けます。疲労やストレス、免疫力の低下などによりVZVが再活性化することで带状疱疹を



発症させ、その後には激しい神経痛が発症することがあります。年齢とともにVZVに対する免疫力は低下してしまいますので、50歳以上の方はワクチンの接種が推奨されます。また、子どもの頃に水痘にかかったことのない方にも接種が推奨されます。子供の頃の水痘は軽症で済みますが、大人になってから初めてかかった場合には重症化する可能性があります。

● 4つ目：「風疹ワクチン」

「集団予防」の概念から推奨しています。妊娠20週頃までの妊婦が風疹ウイルスに感染すると、出生児に先天的な疾患が発生する可能性があります。1990年以降は男女共に接種が行われていますが、それ以前に生まれた男子では1回も接種を受けていない方もいます。パートナーを感染させない為にも、接種が推奨されます。

● まとめ

多くの人が予防接種を受けることで、感染の拡大を防ぐことができます。それが、免疫疾患などの持病やアレルギー、妊娠によってワクチンを打つことができない人を感染から守ることもつながります。予防接種の作用と必要性を正しく理解して、自分の健康と大切な人の健康を守りましょう。

ワクチンは医薬品です。お困りの際は気軽に薬剤師にご相談ください。

「群馬県♡献血推進ガール」に清水麻璃亜さん(AKB48 Team 8 群馬県代表)



©AKB48

AKB48 Team 8 群馬県代表の清水 麻璃亜さんが「群馬県♡献血推進ガール」に就任し、群馬県内の献血推進活動にご協力いただくことになりました。清水さんは「地元群馬県の力になりたいと考えていました。より多くの同世代の方に献血を知ってもらい、身近な存在に感じてもらえるようにSNSやイベント等を通して呼びかけていきたいです。私もまだ献血デビューをしていないので、ぜひ一緒にデビューできたらなと思っています。」と笑顔で抱負を語っています。

1月中旬からはオリジナルグッズプレゼントキャンペーン*が始まります。新型コロナウイルス感染拡大の影響により、今年度4月から11月までの間に県内で献血をした10代献血者は3,331人と昨年度の同時期より24%減少していますので、この機会にぜひ献血会場へ足を運んでください。

キャンペーン詳細は、
こちらをご確認ください



献血会場の感染対策

献血会場では徹底した感染対策(体温測定、手指消毒、換気、機材の消毒等)を行い、安全な運営に取り組んでいます。



保護フィルム越しの採血(献血バス)



席の間隔を空け一方に設置(前橋ルーム)



献血の際は、ぜひ予約を

献血ルーム及び一部の献血バス会場では、3密を避けるため予約をお願いしています。献血経験がある方に限り、ラブラッド会員に登録いただくとインターネット予約できます。会員登録については裏面の「ラブラッド会員大募集」をご覧ください。



厚揚げ中華炒め

〔栄養価〕(1人分)

エネルギー……282kcal
たんぱく質……17.1g
脂質……17.1g
炭水化物……14.7g
鉄……24mg
食塩相当量……1.4g

〔材料〕(4人分)

厚揚げ……1枚(240g) ピーマン……2個(80g)
豚肉……120g ◆根しょうが……1かけ(5g)
●おろししょうが… 小さじ2 ◆ごま油……大さじ1
●酒……大さじ3 ★みそ……大さじ1・1/3
たまねぎ……1個(200g) ★砂糖……大さじ1
にんじん……1/4本(80g) ★酒……大さじ1
干しシイタケ……2個(8g) ★しょうゆ……大さじ1
たけのこ(水煮)… 120g ★とうがらし……お好みで

〔作り方〕

〈下準備〉

- ・豚肉：一口大に切り、●に漬けておく。
- ・厚揚げ：縦半分に切ってから薄切り
- ・たけのこ、にんじん：短冊切り
- ・たまねぎ：くし切り
- ・ピーマン：細切り
- ・干しシイタケ：水で戻してから薄切り
- ・しょうが：千切り

- 1 なべに◆を入れて熱し、香りが出てきたら豚肉を加え、色が変わるまで炒める。
- 2 たまねぎ・にんじんを加え、火が通ってきたら、厚揚げ・たけのこ・シイタケ、最後にピーマンを加え炒めていく。
- 3 ★の調味料を加えて炒め合わせる。

まめ知識

- 厚揚げ：鉄を多く含む食品のひとつ。またカルシウムも多く、手軽に不足しがちな栄養素を補うことができる頼もしい味方です！
- しょうが：臭み消しはもちろん、肉をやわらかくしてくれます。さらに辛味成分には体を温め、血行を改善する効果も期待できます。



～外から見た赤十字～

赤十字は、様々な方々に支えられて事業展開しています。

では、私たち赤十字は、関わってくれている人からどんなイメージを持たれているのでしょうか？

01

小池医院の中尾先生にお話をお伺いしました

2020年4月、原町赤十字病院に救急科が新設されました！

新設された救急科について、小池医院の中尾雅美先生にお伺いしました。

原町赤十字病院に救急科ができて何か変化はありましたか？

救急科があることで紹介の窓口が一本化されたことは大きいですね。内科かな？外科かな？と迷うような症例も、救急科の町田先生にまず相談できるので、紹介するのがスムーズになりました。これまでは、外科の先生は手術中だったり、内科の先生も検査とか色々と掛け持ちされていたり、お忙しいのがわかるので、気にしながら電話を入れていたのですが、今は町田先生が救急科にいらっしゃるので、安心して紹介できます。

町田先生は「かかりつけの先生と直接話し

たいから」とおっしゃって、よくお電話をくださいます。また、医院を経由せず、緊急で原町日赤の救急外来を受診した患者さんがいらっしゃった場合に、その日に帰宅する患者さんであっても、先生からのお手紙と検査データを持たせてくださいます。個人医院としては状況がよくわかり、大変ありがたいですし、うれしいです。

先生にとって原町赤十字病院とは？

救急科が新設される前から、とにかく何かあれば原町日赤！です。この地域は高齢者が特に多く、誤嚥による肺炎や夏場の熱中症、1人暮らしでごはんが食べられなくて動けなくなってしまう方など、ちょっとしたことで入院治療を必要とされる方は多いです。そういう方々を広く受け入れてもらっています。原町日赤で対応できない症例はさらに高度な



小池医院 群馬県吾妻郡東吾妻町岩下1749

なかおまさみ

中尾雅美先生

※原町日赤から北に約7kmの距離にある個人医院(主な診療科は内科)です。昨年度小池医院から当院に紹介になった患者様は85名でした。

医療機関へ搬送になることもあります。かかりつけ医と原町日赤とでしっかりと連携がとれていると感じています。吾妻郡の中核病院としてみんな頼りにしています。

02

新規献血協力団体の方にお話をお伺いしました



医療現場では昨秋からコロナ禍で延期されていた手術が再開され、同時期と比較すると多く血液が必要とされています。ニーズに応えるため、全ての献血会場で通常よりも多くの方にご協力をお願いしています。こうした状況下で、新規献血協力団体のハナミズキ通り商店会(以下 商店会)の平尾会長にお伺いしました。

ご協力までの経緯を教えてください。

以前「アンパンマンのエキス*」を見たことがあります。小さい子が一生懸命生きている姿を見て、応援してあげたいという気持ちになりました。みんなが輸血を待っている。献血は医療と同様なくてはならない存在だ

と感じさせられました。

コロナ禍で制限がある中、商店会が普段から支えてもらっている地域のために、身近に存在する活動に参加することで、何か貢献できればと考えていました。また、身近で献血実施をされた方から血液がいつもより必要とされていることを聞きました。点と点が結び付き、社会貢献の一環として商店会でも協力したいと思い立ち、今回の実施に至りました。

献血実施をしていかがでしたか？

献血バス派遣目安の約50人(通常)+αを集めるために、6人の理事メンバーで商店会に属する51社の企業を直接訪問しました。23社に賛同してもらい、一度に集まらないように予約制で調整しました。当日は81人が足を運び、献血は協力が得られやすい活動だと実感しました。初めての試みでしたが、血液センターの職員が事前の打ち合わせから何度も足を運んでくれて、スピード感のある対応で、安心して当日を迎えることができました。



ハナミズキ通り商店会の理事メンバー。

左から平本将志さん(群馬県信用組合 高崎支店 支店長)、平尾利政さん(LA CHOU CHOU 彫金師、商店会 会長)、清水久美さん(清水歯科医院)、田代雅彦さん(株式会社フィールド開発 代表取締役)

献血を通して社会貢献への参画の大切さを商店会内で共有することができました。各々の営業利益は当然大事ですが、全体で成長する良い経験になったと思います。次回は協力者をさらに増やし、回を重ね、地域一体で献血に協力していきたいです。

※小児がんの治療をしているアンパンマンを大好きな子どもが、輸血を受けると一時的に元気になることから、輸血用の血液を「アンパンマンのエキス」と呼んでいたことを、テレビ新広島が取材し、放送されたもの。

青少年赤十字国際交流派遣に参加して

私は病院で「青少年赤十字国際交流派遣 派遣看護師募集」の案内を聞き、最初の「そうなのか」から、「経験してみたいな」「とにかく立候補しよう」と思い、申し出たところから今回の挑戦が始まりました。

普段は看護師として病院で働くことでは経験できない多くのこと、そして世界の赤十字の働きを実感する貴重な経験をさせていただきました。

また、メンバーの体験する姿を見て、慣れない環境で多くの様々なこと、宗教も文化や経済環境も違うことを目のあたりにする場面でどんな風に感じ考えるのか？私の課題も見つかったように思います。

国際交流を通じて、交流学校の歓迎してくれた心の温かさ、そしてメンバーが交流会で一生懸命取り組む姿にとっても感動しました。団員メンバーの若さ、勢い、ひたむきさを感じ、自分が看護師としてこの機会に携わることができたことに心より感謝いたします。



病院で看護師業務に勤む長岡さん



IFRC（国際赤十字・赤新月社連盟）職員と長岡さん

Information

新型コロナウイルス
ウイルス感染症

家族が感染...？

在宅看護のポイント



もしも家族の一人が体調不良となり、感染の疑いがある場合に、家庭で行う看護のポイントを感染管理認定看護師のアドバイスをもとにまとめました。

1. 換気をし、“感染者”との接触感染対策を！

家族に感染の可能性がある場合は、世話をする人はできる限り一人に決めておくのがよいでしょう※。感染者と「空間」「物」を共有せず、いかに濃厚接触を避けるかが重要です。



※ 心臓、肺、腎臓に持病のある人、糖尿病の人、免疫の低下した人、妊婦はなるべく避けてください

2. 清掃について

清掃において大切なのは「換気」「マスク」「手洗い」です。清掃前から部屋の換気をし、清掃中はマスクを着用。清掃後にはしっかりと手洗いをすることで、清掃者自身の安全を強化します。



3. 共有の場所を1日1回以上、消毒する

例えば… ドアノブ、電気のスイッチ、家の中の手すり、テーブル、窓の取っ手、共有の家電（リモコン、タブレット、PCなど）



家族が触る可能性がある場所すべてに感染リスクがあります。消毒薬で手の皮膚が荒れるため、必ず手袋をし、消毒液でぬらした布などで“一方向”に拭くことがウイルスを戻さないコツです。



詳細はこちら！

ポイントで記念品ももらえる
ラブラッド会員大募集!!

会員になるとこちらのオリジナルデザインの献血カードに交換できます

全国どこでも
献血
予約可！

ポイントが
貯まる！

血液検査の
結果通知が
早い！

会員限定の
キャンペーンや
特典が届く！
etc...

かんたん会員登録！

<http://www.jrc.or.jp/donation/club/>
