

323号

2025年
5月

日赤みやぎ

赤十字は、動いてる!



5月は赤十字運動月間です。
あなたの気持ちをカタチに

水の事故ゼロを目指して!

これから海や川でのレジャーやアウトドアが楽しい夏がやってきます。しかしながら、毎年のように悲しい事故が起きています。

日本赤十字社では、「人間のいのちと健康、尊厳を守る」という赤十字の基本理念である「人道」を、具体的な知識や技術として皆さまにお伝えするために講習を普及しており、今回は、その一つである“赤十字水上安全法”の内容から、水の事故予防についてご紹介します!

水難事故の 主な特徴

- ・ **死**に至る確率が高い
- ・ 半数以上が**夏季（6～8月）**に集中している
- ・ **海**や**河川**などの自然水域における事故が多い
- ・ **魚とり・釣り**をしている時の事故が多い

水の事故は**予防**できる!

危険な箇所を知り、一般的な注意事項に気を付けることで、水の事故防止につながる!

家のなかの水もあぶない!

水が入ったままのせんたく機



鼻と口をおおうだけの
少しの水でも
事故は
おきます。



ビニールプールやバケツの水

水をはったお風呂



水遊びでやってはいけないこと

- ・ 一人で行かない
- ・ どん底の池などでは遊ばない
- ・ 池や川の土手で、草におおわれているところには近よらない
- ・ 流れてきた物の上では遊ばない
- ・ 波の高いときは岩場には近よらない
- ・ 水が増えてきたら遊ばない
- ・ 〈立ち入り禁止〉のところには近よらない



釣りをするとき要注意すること

- ・ いそ釣りは、高い波と足元に注意する。
- ・ ライフジャケットを必ず身につける。
- ・ 川の釣りはすべりやすいので、足元に注意する。
- ・ ダムの下流や中すなどは、時間によって水の高さが変わりやすいので注意する。



事故があっても
あわてずに

まずは 水に浮くこと

体が浮くまで、ゆっくりとあわてずに!

衣服を着て水に落ちた時、一番大切なことは「浮き身（浮くこと）」です。

衣服のまま、靴をはいたままで浮き身を保つために
どのようにすればよいかをよく考え、できるようになりましょう。

浮き身のポイント

- 顔（目線）は真上に向ける
- 力をぬいて、両うでを伸ばしたしせい
- こわがって、こしを引くと体が沈む
- 空気をいっぱい吸いこみ、少しずつ呼吸する
- 落ち着くリラックスする

赤十字では、「水を活用して健康の増進を図り、水の事故から生命を守るための知識や技術」を、赤十字水上安全法として普及しています。

【受講者の声】

- ・ 水の事故予防や救助法などが身につきました。仕事でプールの監視のポイントを再確認ができたので自信をもって臨めます。
- ・ 陸地からタオルや棒などを使った救助は、自身の安全を確保しながら実施できるので役に立つと思った。また、プールの監視において、ブラインドエリアがあることは、初めて知りました。

個人での講習の受講条件や日程は、ホームページをご確認ください!
また、指導員が出向いて着衣泳講習などを行うこともできます。
関心のある方は、お気軽にお問い合わせください。

<https://www.jrc.or.jp/chapter/miyagi/study/>

今年度、赤十字水上安全法指導員I養成講習を開催します!!

水と親しみ、水の事故から人命を守るため、泳ぎの基本と事故保全、救助等の知識と技術を赤十字の一員として普及してくれる方を募集します!
こちらも、受講条件や日程等については、ホームページをご確認ください。

ライフジャケット

(救命胴衣)

ライフジャケットは体を水に浮かせ、体温を保ち、ぶつかったときのショックをやわらげます。
釣りなど水上で遊ぶときは必ず身につけましょう。

*目立つ色で、自分にあった
サイズを選びましょう。

*つける時はベルトをしっかり
締めましょう。



赤十字では、毎年5月を「赤十字運動月間」として、赤十字へのご理解とご協力を呼びかけています。人間のいのちと健康、尊厳を守るための活動を継続的に行うために、毎年安定した資金が必要です。みなさまのご協力をお願いいたします。

宮城県支部のトピックス



国際赤十字・赤新月社連盟の職員が支部を訪問しました

宮城県支部では、国際活動としてアフガニスタン支援を長年続けています。2月18日(火)、国際赤十字・赤新月社連盟アフガニスタン事務所のスタッフがこれまでの支援へのお礼と事業報告のため、当支部を訪問して奉仕団と交流しました。

奉仕団からは東日本大震災での活動や毎年12月の海外たすけあいでの募金活動を紹介して相互理解を深め、連盟スタッフからは「非常に有意義な時間だった。アフガニスタンのことを忘れないでほしい」との感想がありました。この交流のほか、連盟スタッフは仙台市内の震災遺構訪問や被災体験を持つ語り部による「オンライン語り部LIVE」を視聴し、東日本大震災当時の状況を追体験しました。



▲荒巻赤十字奉仕団の金子団長よりご報告いただきました

地域赤十字奉仕団と児童館が共同で「楽しく学ぼう!赤十字防災教室」を開催

1月29日(水)、仙台市西多賀赤十字奉仕団と仙台市西多賀児童館が共催で「楽しく学ぼう!赤十字防災教室」を開催しました。児童館に通う小学生約80人に赤十字と防災に関する基本的な知識を身に付けてもらうことを目的として、「赤十字防災セミナー おうちのキケン」、「赤十字・防災〇×クイズ」、「段ボールベッドの組み立て体験」を実施しました。子どもたちは奉仕団員のサポートのもと、楽しく協力しながら取り組んでいました。

子どもたちは、「段ボールベッドを友達と楽しくつくることができて良かった」、「地震がおきたら家の家具は倒れないか、おうちで家族と話したいと思った」と笑顔で話してくれました。奉仕団員や児童館の先生方からも「子どもたちが生き生きと活動している様子を見るのができて良かった。今後もぜひ赤十字奉仕団と児童館で一緒にイベントを行っていきたい」と振り返りがありました。



▲段ボールベッド組み立て体験の様子

大船渡市へ段ボールベッドを搬送しました

3月6日(木)、岩手県支部からの要請を受け、段ボールベッド50台を岩手県大船渡市の山林火災に伴う避難所へ搬送しました。

避難所へ到着した後、避難されている方へ段ボールベッドの組み立て方を説明し、協力して組み立てました。

使用した方からは「足が悪いため、高さがちょうどいい。大変ありがたい。」という声が聞かれました。

段ボールベッドは避難者の健康被害を減らすために有用であり、災害関連死などを防ぐためには、こうした避難所環境の改善が欠かせません。

引き続き必要な支援を迅速に被災地にお届けできるよう備えをすすめます。



◀前日にトラックへ積み込み



▲避難所に到着、引き渡し

宮城県内施設のトピックス



「仙台赤十字病院と介護施設との懇談会」、はじめました!

2024年度より、新たな試みとして、「仙台赤十字病院と介護施設との懇談会」を開催しています。お昼休みの時間帯を利用し、最新の医療知識の共有を通じて、医療と介護の現場の職員が交流することを目的としています。参加した介護施設の方々からは、「知らなかったことを知れてよかった」といった声をいただいています。

2025年度も、引き続き開催する予定です。介護施設とのつながりを深め、より地域に貢献できる病院を目指していきます。



▲講師を担当するのは医療職の職員です

仙台赤十字病院

大規模災害訓練を実施

職員の防災意識の高揚や災害対策マニュアル・業務継続計画(BCP)の検証、関係機関との連携体制の確認などを目的に、大規模地震が発生したという想定で災害訓練を実施しました。近年はコロナウイルスの影響で規模を縮小して実施していましたが、今年はコロナ禍前の規模に戻し総勢約450名の職員や関係者が参加しました。

今回の訓練は、自衛隊や自治体が連携する「みちのくアラート」と同時開催となり、また実災害により近い形で行うため事前の資機材等の準備は一切なく、参加者は発災後から災害対策マニュアルやアクションカード(行動を促すための事前の指示書)をもとに、各エリアの立上げや役割分担、トリアージタグの運用について検証しました。

訓練後はエリアごとに意見交換を行い、反省点や課題を抽出しました。



▲トリアージエリアでの患者搬送の様子



▲自衛隊衛生隊によるロータリーでの救護所設営

石巻赤十字病院

株式会社ベガルタ仙台とパートナーシップ協定を締結しました!



▲締結の様子

1月22日(水)、「株式会社ベガルタ仙台と宮城県赤十字血液センターとの献血活動の普及・広報を推進することを目的したパートナーシップ協定」締結式を行いました。

今後、当センターは、ベガルタ仙台と社会貢献活動の一環としてタイアップし、赤十字事業、特に血液事業(献血)およびサッカーファンの普及・広報の支援を相互に取り組んでいきます。

『行くぜ献血 行くぜJ1』

その次に 行ったぜ!J1 行ったぜ!献血』

ホームゲームにおいてベガルタ仙台スペシャル献血会など企画しますので「誰かのために 愛の献血」へのご協力をよろしくお願いします!

宮城県赤十字血液センター

高校生セミナー(病院編・保育編)のご案内について

毎年、夏休みの間に高校生のみなさんを対象に職業体験を含めた赤十字講習を開催しています。このセミナーは、講習をととして実地で役立つ知識や技術を身に付けたうえで、職業体験を受けることができるため、より具体的に経験することができます。

看護や保育の仕事に興味がある方、進路選択で悩んでいる方等、みなさまのご応募お待ちしております。

詳細な日程及びお申込みについては、QRコードからご確認ください。

【病院編】 健康生活支援講習支援員養成講習+看護体験(県内赤十字病院)
各会場定員20名 申込受付開始日 6月2日(月)

【保育編】 幼児安全法支援員養成講習+保育体験(青少年赤十字加盟こども園)
定員12名 申込受付開始日 6月2日(月)

注意:すべて先着順での受付です。1人1会場までのお申込みでお願いします。

【問合せ先】 日本赤十字社宮城県支部 事業推進課 講習・地域事業推進係 TEL022-725-7530



【講習日程】



【講習受講申込】

「赤十字防災ボランティア養成研修」のご案内

「災害が増えているけど、何をすればいいかわからない」「地域の防災のために何かしたい」「ボランティアで体を動かしたい」とお考えの方、一般のボランティアとは一味違う「赤十字防災ボランティア」に登録してみませんか?

平時は訓練や研修に参加し、災害救護活動におけるノウハウを習得。災害や事故が発生した際には、赤十字防災ボランティアとして宮城県支部の活動に参加いただきます。

新たに登録ご希望の方、既に登録済みの方、皆様のご参加をお待ちしております!

【登録・スキルアップ研修I】

- 1.日 時 第1回:令和7年6月14日(土) 10:00~16:00
第2回:令和8年1月10日(土) 10:00~16:00
- 2.場 所 日本赤十字社宮城県支部(住所:仙台市泉区市名坂字石止44-7)
- 3.内 容 登録研修:日本赤十字社の紹介、赤十字防災ボランティアとは
スキルアップ研修I:登録いただいた方のみ。救急法、こころのケア研修

【お申込み】

開催日の約一か月前から、当支部ホームページに参加申込方法を掲載します。



【スキルアップ研修II】

- 1.日 時 第1回:令和7年7月19日(土) 10:00~15:00
第2回:令和8年2月21日(土) 10:00~15:00
- 2.場 所 日本赤十字社宮城県支部(住所:同上)
- 3.内 容 テントの立て方、炊き出し釜・車両・支部社屋の使用法等

※開催日程は現在の予定であり、変更となる場合がございます。

【問合せ先】

日本赤十字社宮城県支部 事業推進課
TEL022-725-7530

お役立ち情報

非常食かんたんレシピ



* アネちゃんの * かんたんごはん帳 Vol.33 どら焼き

災害時には手に入りにくい牛乳などの乳製品。そんな牛乳の代わりとして使えるのがコーヒー用の粉末乳製品です。特に、生乳のみから作られているものは、風味もよい上、溶けやすく、扱いやすいので、非常時になぜか欲しくなる甘いお菓子を作るのにとても役立ちます。同じように常温保存できる練乳と一緒にローリングストックすることをオススメします。未開封での賞味期限は、粉末乳で18ヶ月、練乳で6ヶ月から12ヶ月程度と長め。

※一般的なチューブ入り商品の場合

今回で紹介するどら焼きは、同じように常温での保存期間が長めのホットケーキミックスを使用、卵と牛乳がなくても、美味しくできるレシピです。袋を使えば洗い物も減らせますがボウルとお玉を使うとより手軽に作れますよ。

アネ(牧野純子)
イラストレーター・FCAJ 認定フードコーディネーター
仙台市在住 赤十字防災ボランティア
出版社、CM制作会社を経てフリーランスとして活動中

* 材料 (6個程度)

- A 水…150ml
練乳…大さじ1(あればいれる)
コーヒー用粉末乳製品…大さじ2
- B ホットケーキミックス…1袋(160g)
- ※上記分量は目安です。お持ちのホットケーキミックス1袋使用でOKです。牛乳の量を水に置き換え、粉末乳製品大さじ2を加えてください
- C サラダ油…適量
- D 粒あん(缶詰)…1缶(190g程度)

* 作り方

1. Aを耐熱ポリ袋に入れ、袋の外からよく揉む。
2. 1の袋にBを入れて、袋の上からよく揉む。
3. フライパンにCのサラダ油を回し入れ、中火にかけ、サラダ油が泡立ってきたら、キッチンペーパーで拭きとり、一度火を止める。
4. 2の袋のはじを、ハサミで1cmほど切って、フライパンに生地を6cmほどの円形になるように流し入れ、中火にかけて、両面を焼く。
5. Dの粒あんをはさむ。

