

NT

NISSEKI TOKYO

2016
Spring
Vol.9

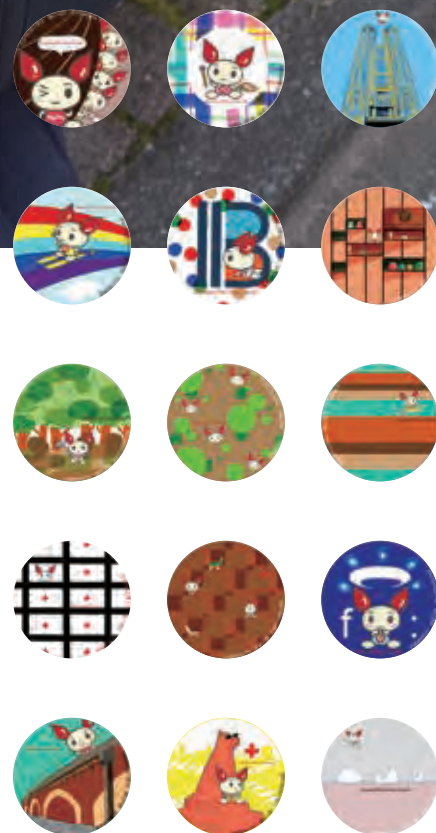
特集

災害に立ち向かうひと

—東京のそれぞれの場所から—



放課後に集める15の個性ルーム



献血ルーム オリジナル缶バッジ

都内献血ルームでプレゼント

平成28年2月1日(月)～7月31日(日)まで、献血にご協力いただいた方に献血ルームオリジナル缶バッジをプレゼント中！詳しい入手方法は東京都赤十字血液センターHP内「お知らせ」をご確認ください。 www.tokyo.bc.jrc.or.jp

※着用写真は作品提案時のものであり、実際の缶バッジデザインと異なります。
※対象会場は東京都内15か所の献血ルームのみです。献血バスでは実施していません。
※アキバ献血ルームは5月8日をもって閉所いたします。

デザイン：多摩美術大学 岡本万穂（平成27年度産学共同事業作品）

vol.9
spring

Contents

04-05 平成 28 年度事業計画

06-07 れっどくろす News&Topics

08-17

特集

災害に立ち向かうひと

—東京のそれぞれの場所から—

18-19 「忘れない」 伊豆大島×福島 高校生たちの交流の記録

21-23 RED CROSS HOSPITAL

武蔵野赤十字病院／大森赤十字病院／葛飾赤十字産院

24 Blood Program NEWS

27 行け! OLIレポーター
オカモト★ 日赤とつげきレポ

29 活動資金協力者（社）・団体のご紹介

30-31 Rediscovery TOKYO

青少年赤十字 / Junior Red Cross

教育という重要な備え。



■ 日赤の教材を使用した防災教育を定着化します。

都内の 約 **2,800** 校 に配布した **まもるいのち ひろめるぼうさい** の使い方について、

指導者向けの研修を実施し、1 年間で約 200 人の指導者に対して具体的な活用方法を直接レクチャーします。

併せて災害学習プログラムは、実施回数 **100** 回/年間 を達成します。

▶ その他の活動、詳細については、東京都支部ホームページ「事業計画」をご覧ください。

<http://tokyo.jrc.or.jp/>

日赤 東京



平成 28 年度歳出予算内訳

救護・救援活動	365,684千円	24.4%
奉仕団・青少年赤十字の支援	184,296千円	12.3%
救急法等講習会の実施	77,654千円	5.2%
献血推進	77,942千円	5.2%
看護師養成	14,400千円	1.0%
赤十字社員（会員）の加入促進	155,340千円	10.4%
広報活動	59,095千円	4.0%
福祉施設の運営	177,026千円	11.8%
社屋修繕	5,911千円	0.4%
災害等資金積立金	50,000千円	3.3%
活動の運営管理	329,652千円	22.0%

計

1,497,000 千円

赤十字の活動は、皆様からいただく会費や寄付金によって支えられています。これからもあたたかいご支援とご協力をお願いいたします。

災害救護事業 / Disaster Relief

首都直下地震という脅威に備える。

■ 連携を意識した受援計画を確立します。

9 年ぶりに東京都で本社・第 2 ブロック（関東甲越 **9** 都県）支部合同災害救護訓練を実施します。都心における救護活動の特殊性を考慮した想定のもと、他県からの応援受入等について検証を行い、受援計画に反映します。

■ 地域コミュニティの防災力向上を支援します。

地域の町会・自治会や自主防災組織等に対して「自主防災セミナー」を実施して、

新型担架とセルフケアセットを **100** セット 配備します。

■ 多様な想定に基づいた訓練を実施します。

DMAT や自衛隊、海上保安庁など、医療救護・防災関係チーム・機関との連携、協働に主眼を置いた実践的な実働訓練を

年間 **17** 回実施（参加）します。



新型担架



講習普及事業 / Safety Services

もっと身近に。もっと受講しやすく

■ WEB CROSS をさらに使いやすく。

平成 25 年度に導入した W E B 上で赤十字講習の学習ができる e ラーニングサイト「赤十字 WEB CROSS 電子講習室」。ポイントとなる内容を動画でわかりやすく解説しているため、講習の予習・復習に活用できるほか、初めての方でも違和感なく使用できると好評をいただいています。今後もより多くの方にご活用いただけるよう、さらに普及を進めていきます。



■ 新しいカタチの講習を普及していきます。

受講する側の目線で受けやすい講習とはどのようなものか？

赤十字講習のカリキュラムを踏襲しながらも、より多くの方が受講できる新しい講習プログラムを研究し、普及していきます。

- ▶ 陸上で出来る水上安全法・・・ 会議室等、室内で行うシミュレーションを中心とした講習プログラム。
- ▶ 地域社会に密着した講習・・・ 子育て支援や高齢者のサポートなどのテーマに基づいた講習プログラム。

東京都支部

平成 **28** 年度

事業計画

「都民を守り、支える赤十字」を全力で。

東京都支部が「都民を守り、支える赤十字を目指して」をテーマとして策定した中期重点事業計画の最終年度となる平成 28 年度は、最重要課題として「首都直下地震に備える」体制づくりに全力を挙げて取り組みます。ここでは、その中から主な取り組みをご紹介します。

NT information



2016年4月30日 ものふり活動風景

人がいま、試されている。

【オパール地蔵への活動内容】
派遣・避難所等/64人 配布/12,863枚 啓蒙物等/26,911セット

たとえ大きな困難が行く手をばばんでも、
何度でも立ち上がる人間の能力を奪えない。
日本赤十字社の活動資金へのご協力をお願いします。

日本赤十字社

人間を救うのは、人間だ。

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

5月は赤十字運動月間です 活動資金へのご協力をお願いします

赤十字の活動は、皆さまからご協力いただく活動資金により支えられています。

日本赤十字社は5月を赤十字運動月間として、社会へ向けて赤十字思想の普及や活動紹介に努めると共に、活動資金のご協力をお願いしております。これからも苦しんでいる人を救う活動を続けるために、活動資金へのご協力をお願いいたします。

赤十字へのご寄付には税制上の優遇措置や表彰を受けられる制度があります。詳しくはホームページ (<http://www.tokyo.jrc.or.jp>) をご覧ください。

(左) 2016年運動月間ポスター

東日本大震災の傷も癒えていないこの5年間に、国内では伊豆大島や広島での土砂災害が、国外に目を向ければ台風や地震などの自然災害やシリア近隣をはじめとした地域において紛争などが起こり、今日でも多くの苦しんでいる人たちがいます。そうしたことに思いを巡らせてほしい、苦しんでいる人々を救うために活動する私たちと共に行動を起こしてほしい、という願いを込めたポスターです。

赤十字運動月間に予定しているイベント

○病院フェスタ (①)

都内各地の病院で楽しいお祭りを開催！
5/14(土)：武蔵野赤十字病院（武蔵野市）
5/21(土)：葛飾赤十字産院（葛飾区）
6/4(土)：大森赤十字病院（大田区）



○駅頭アピール (②)

5月初旬に都内各地の駅前で赤十字ボランティアが活動のPRを行います。

○原宿表参道キャンペーン (③・④・⑤)

5/1(日)～14(土)の2週間、原宿表参道で赤十字フラッグがはためきます。8日(日)には東急プラザ6階おもはらの森で、トークショー＆チャリティオークションも開催



※写真は全て平成27年のものです。

私たちは、忘れない。 東日本大震災から5年

3月11日、東日本大震災から5年が過ぎました。

日本赤十字社は震災当日から現在に至るまで、様々な形で被災地に関わってきました。そうした中で「災害を、被災地を忘れないでほしい」という声を多く耳にしました。

そこで、「私たちは、忘れない。」というプロジェクトを全国で展開し、震災の風化を防ぐとともに今一度防災や減災の大切さを感じてもらえるよう努めました。



支部社屋1階にキャンペーンパネルを設置



病院の受付も3.11は救護服に



キャンペーンパネル
(5枚組)

← 特設サイトTOP



災害時の貴重な足として また、貴重な電源として



3月12日(土)、パートナーシップ協定を結んでいる東京トヨペット株式会社様から、災害救護車両としてプリウスPHVを3台で寄贈いただきました。平時には充電しておくことができるプリウスPHVは、東日本大震災でも直面したガソリン不足という事態にも対応できる上、停電状態となった被災地における電源として活用することもできます。



送風機(↑)の電源を
プリウスPHVから

災害救護活動で必須の
テント(エアタイプ)設置
デモを実施



従来の発電機よりも静か
かつスムーズにテントを
立ち上げられました。



被災地派遣要員宿泊訓練 寒さの中でも迅速な活動を

日赤では災害が起こると現地に災害対策本部を設置して救護活動の拠点とします。今年は2月に神奈川県内の山中にて本部設営・運営訓練を実施。私たちはいつでもいざという時に備えています。





特集

災害に立ち向かうひと

— 東京のそれぞれの場所から —

3.11 立ち向かう わたしたちが 学んだこと



THE PERSON WHO
CONFRONTS AN
ACCIDENT

災害に立ち向かうひと

7 : 2 : 1

この数字は何を表しているのでしょうか。
これは、大規模災害時の自助・共助・公助の割合です。

7
自助

「自分の命は自分で守る」
そのための備えをすること

2
共助

自分がけがをせず残れたら
「家族や近所の人と助け合う」

1
公助

国や自治体による支援活動
「発災後すぐには機能しない」

東

日本大震災から5年。そのときのわたしたちの活動は、日ごろの訓練や備えなしにできるものではありませんでした。しかし一方で、災害が起きたあとに行う救護活動では、限られた命しか救えない、ということも東日本大震災から得た重要な教訓でした。次にもし同規模の災害が起きてしまったら：そのときに必要なことはなにか。それは、一人ひとりの災害に対しての備えであると身を持って感じたのです。

今回の特集では、わたしたちが見た「災害に立ち向かうひと」にフォーカスします。それぞれの立場で、それぞれの方で、災害に対して考え、実行しているひとたちは、たくましく、心強く感じます。

この特集を読んだ皆さまが、自分にできることについて、少しでも考えるきっかけになることを願っています。





減災を考えるきっかけを、社内で作る



「社」

内の防災意識を高めるために、どんな方法があるのか、模索していました。」

3・11後、やはりもっと防災意識を高めていかなければいけない！と感じたお二人は、赤十字の減災セミナーを社内で開催することを発案したそう。

「当時オフィスが入っているビルの避難訓練などに参加しても、自社の防災の意識は、他社と比べて少し遅れていると感じていました。一人ひとりが防災について意識して自分や家族のいのちを守ることに

ついて考えるきっかけをグループ全体として作れば、そんな思いで毎年実施していきます。」

減災セミナーでは赤十字の職員が実際にオフィスを訪ね、講義や実技を交えてみなさまに減災について伝えている。

「1回目に受講した内容の印象が強烈でした。東京で災害が起きたときの被害想定を写真や数字で明確に説明してもらったのです。また、家が倒壊せず自分の食料があれば避難所に入らなくて良いという話

実技で使用した風呂敷やホイッスルも受講した人が各自の職場に持ち帰った時に話の種になるようオリジナルを作成した。



※東京都内の救急車の数は約300台。東京都内の人口は1,335万人。災害で交通もマヒしていると考えたら…救急車は助けに來られない。

は目から鱗でした。当たり前前のことですが、備えがあればそのまま自宅ですぐすることもできますよね。社内での備えにも同じことが言えると思います。また、何より参加者が驚いていたのは都内の救急車の台数。大災害が起きたとき救急車は来れないという事実に自分で自分の身を守ることが必須なんだと考えさせられました。」

そして、実際に3・11のとき被災地で活動したことを踏まえての日赤職員の話は説得力があったという。1回目の講義のあと大阪や福岡事務所でも減災セミナーを実施。減災への意識は徐々に高まってきている。「避難訓練への参加率も上昇してきており、少しずつですが社内の意識が変わってきているのではと感じます。現在減災セミナーには有志が参加していますが、今後は参加方法や周知について工夫していきたい。」

企業という組織として、そのなかのひとりとして立ち向かう姿勢はとてもジミチだけれど、必ず自分や誰かの助けになるだろう。



デロイトトーマツグループ
デロイトトーマツ合同会社

レビューテーション・リスク本部 CSR推進室

難波 政幸 さん 田中 祥子 さん

デロイトトーマツグループは監査、税務、法務、コンサルティング、ファイナンシャルアドバイザー等を提供している。グループとして過去3年にわたり赤十字の減災セミナーを実施。

www.deloitte.com/jp

THE PERSON WHO
CONFRONTS AN
ACCIDENT

災害に立ち向かうひと

地域の絆をつなぐ中学生レスキュー部



東京都荒川区にある全ての区立中学校には、防災に取り組む部活動がある。南千住第二中学校では「レスキュー部」と呼ばれているこの部の活動は、災害時の応急手当や炊き出しの訓練だけでなく、地域のひとを“つなぐ”役割を果たしている。地域のひとにも頼りにされている「レスキュー部」とは？





荒川区立
南千住第二中学校

齊藤 進 校長

東日本大震災が発生した翌年に南千住第二中学校に着任。災害時、地域における中学生の役割が大きいことに気付かされ、その後レスキュー部を発足。現在も活動に携わる。



宮城県南三陸町の旧防災対策庁舎は建物を大きく上回る津波に襲われ骨組みだけが残った。部員たちは自分がこの場にいたらどうしたか、自ら考え東京に戻った。

3 11が起こった翌年に荒川区立南千住第二中学校で発足したレスキュー部。平成27年度は全校生徒の約65%にあたる201名が所属しており、その活動は荒川区立の全中学校に波及している。岩手県釜石市にも生徒と一緒に足を運び、災害時に何が大切か考え実際に行動している。レスキュー部の活動について、齊藤校長に伺った。

「釜石の奇跡」から学べる こと

3・11のとき、岩手県釜石市内の小中学校で、児童・生徒の生存率が99.8%だった「釜石の奇跡」と呼ばれている話があります。これは日ごろから訓練していたということが、まさに生存率に直接結びついているわけですが、私が素晴らしいと感じたのは、その教育の中の「率先避難者」であれ、という教えです。地震が起きたら、周りのひとの反応を見るのではなく、自らが率先して必死になって避難する。そうすると、それを見たほかの人が、これは逃げなくてはまずいのではないかと焦って自分も避難するんですね。3・11のと

き、釜石の小中学生たちは校舎の上層階なら安全だと思って、避難所に逃げずに3階に駆け上がった。しかし、隣の中学校の生徒たちが「ここにも津波が来るぞ！逃げる！」と叫びながら避難所に掛けていくのを見て、小学生たちも学校を飛び出して追いかけるように避難しました。

釜石では、地震が起きたとき一番恐れなくてはいけないのは津波なので「率先避難者」の考え方が非常に有効だったと思います。しかし、東京では津波よりも、火災や家屋の倒壊が一番大きな被害になります。そう考えたとき重要なのは、お互いが助け合う、まさに「共助」の考え方なんです。そして避難所に誘導するなどの手助けこそがレスキュー部の活動の意義だと部員たちにも伝えていきます。

災害が起きたときの避難所では日中動ける大人の手は多くありません。避難所で積極的に動けるのは、中学生たちなんです。では、その備えをどのようにしていけばいいか。そう考えて発足したのが「レスキュー部」です。部活としてやることで、生徒が自ら考えたことが実行でき、自分たちが地域を守るひとになるんだ！という強い意識を持って活動しています。

東京で中学生が地域を守る には

中学生が災害時に地域の人を守るためにやっていることは、応急手当や炊き出しの訓練だけではありません。「絆ネットワーク活動」では、地域のなかの支援を必要とする高齢者などに登録を呼びかけ、レスキュー部員が複数で決まったお宅に学校だよりや行事の案内などをお届けしています。いざというときに支援が必要な方と部員が顔見知りになっておくことで、災害時にすぐ顔が思い浮かびますし、平時はお年寄りの安否確認の役割も果たします。短い時間ですが顔を合わせて交流することで、部員の訪問を楽しみにしているお年寄りも多くいます。

また、自分たちより小さい子と一緒に避難できるよう、保育園と合同の避難誘導訓練も実施。中学生はもう、助けられる立場ではなく、助ける立場になれるんです。

いざというときに大切な ことはなにか

レスキュー部は「防災意識の向上」と「地域貢献」を目的として活動しています。レスキュー部が行っている活動は、生徒自身の防災意識の向上と併せて、地域のひ



南千住第二中学校のレスキュー部は発足して5年目。昨年度、荒川区立中の各校代表生徒とともに岩手県釜石市を訪れた。生徒たちが見つめている先にあるのは「奇跡の一本松」と呼ばれている津波に耐え立ったまま残っていた松の木。このあと、釜石の中学生が津波が迫るなか自分より小さい子の手を引いて駆け上がった避難経路を見に行き、そのときの空気を肌で感じた。

とと関わるボランティア活動でもあります。地域貢献を通じて生徒の心の成長も見られます。

保護者から聞いてうれしかったのは、いままで引きこもりがちだった子が、活動的になったという言葉。自分が目の前の人の役に立っているという実感が、そうさせているんですね。また、園児との避難誘導訓練の際、部員からこんな質問がありました。「小さな園児を連れて歩くとき、園児を建物側に歩かせたほうがいいのか、それとも道路側に歩かせたほうがいいのか。」

この質問に答えはないですが部員が自ら考えて、主体的に活動していることの表れだと感じてとても頼もしく思いました。

気付き・考え・実行する

レスキュー部発足の前から、南千住第二中学校は、青少年赤十字（JRC）の加盟校でした。青少年赤十字には「気付き・考え・実行する」という態度目標があります。部員がつけている赤十字のユニフォーム。このユニフォームには、気付き・考え・実行しながら地域を自分たちが守っていく、という主体的な決意が込められています。



- 1 伊豆大島にて土砂災害があった場所の献花台に花を手向ける
- 2 体験発表では、災害で両親を亡くした生徒が自分の思いを話してくれた
- 3 大島高校の椿園には約350品種の椿がある。伊豆大島では椿は生活の一部。皆真剣に撮影していた
- 4 この交流を通してとても仲が良かった高校生たち。これをきっかけに今後も交流は続く
- 5 造成工事が進む久之浜地域。伊豆大島の生徒にとっては、初めて見る景色だった



「忘れない」 高校生たちのそれぞれの思い。

平成28年2月6日、伊豆大島で高校生たちの交流が始まりました。▶伊豆大島の生徒が被災当時の体験を発表。福島の子供からは災害のあった土地で暮らしているということと同じですが、被災当事者としての自分と他の場所での災害について考えた自分では感じたことが違うという声も聞こえました。▶ワークショップで伊豆大

島の日常にある「椿」をフィルムカメラで撮影。日常に改めて向き合ってもらいました。▶2月20日に訪れた福島では、津波に襲われた久之浜地域を見学し、造成が進む土地を被災された語り部の方とともに歩き、福島の現状を生徒が発表しました。高校生たちは「お互いの体験を話し合えてよかった。交流を通して得た気づきを忘れ

ず、これからに生かしたい」と話してくれました。▶「忘れない。」その本当の意味に正解はないのかもしれませんが、この交流での彼らの姿に、向き合い続けることが大切なのだと感じさせられました。春になったら、お互いに「桜」の写真を送りあいます。今後も撮影した写真の巡回展示など、継続的な関係を築けるよう、活動します。

「忘れない」

伊豆大島×福島 高校生たちの交流の記録



平成23年に発生した東日本大震災から5年、平成25年に発生した伊豆大島の土砂災害から3年となる今年。福島と伊豆大島の高校生19人が災害を「忘れない」ことを目的に、相互交流を行いました。お互いの被災地を訪問しあい、被災当時の体験を伝えあった高校生たち。一方の場所では被災当事者であり、もう一方の場所では第三者である彼らは、その土地でなにを感じたのでしょうか。

■発行・編集・デザイン / 日本赤十字社東京都支部

〒169-8540 新宿区大久保1-2-15 Tel: 03-5273-6747 (総務部企画課)

※本誌掲載の記事・写真・イラストなどの無断複製(コピー)、複製(転載)を禁じます。

※本誌に掲載されている情報は、発行に伴う情報収集時点での情報を含みますので、その後内容に変更が生じる場合もありますので予めご了承ください。

個人情報取り扱いについて

いただいた個人情報はプレゼントの発送および当支部からのご連絡のみに使用します。
その他、日本赤十字社東京都支部ホームページのプライバシーポリシーをご覧ください。

ホームページ: <http://www.tokyo.jrc.or.jp/>

Facebook: <https://www.facebook.com/redcrosstokyo>

NTは年4回発行(4月・7月・10月・1月)

日本赤十字社東京都支部に1回3万円以上ご寄付いただいた方に郵送でお届けしています。また、都内の赤十字病院および献血会場でも配付しています。

応募・問合せはNT編集部まで

〒169-8540

新宿区大久保1-2-15

Tel: 03-5273-6747

Mail: nissekitokyo@tokyo.jrc.or.jp

前号のプレゼント当選者発表

A賞: 電子体温計	B賞: キャストメビウス	C賞: 日赤LEDライト
山岸 由美子 (練馬区) 生見 孝子 (杉並区) 木村 友一 (千葉県浦安市)	小川 宗也 (荒川区) 高橋 祐二 (世田谷区) 近藤 英樹 (西東京市) 杉浦 尚樹 (三鷹市) 古川 博史 (中央区) 高橋 良実 (大田区)	東大路 佳子 (杉並区) 藤本 直喜 (武蔵村山市) 中西 利実子 (品川区) 河瀬 員子 (国分寺市) 後藤 守勇 (板橋区) 島田 祐里子 (埼玉県小川町) 長部 世理菜 (北区) 鈴木 良次 (小金井市) 大岩 陽一 (世田谷区) 寺井 靖人 (葛飾区)

(順不同・敬称略)

今号のプレゼント

NT編集部では、NTに関するご意見・ご感想をお待ちしています。

①氏名 ②郵便番号・住所 ③性別 ④年齢 ⑤連絡先 ⑥本誌入手場所 ⑦本誌の感想 ⑧パズルの答え ⑨希望するプレゼント番号を明記し、NT編集部までご応募ください。正解者の中から抽選でプレゼントが当たります! (プレゼントの詳細はパズルページをご確認ください)
応募締切は平成28年5月31日。なお、当選者は次号誌面上で発表します。

※お寄せいただきましたご意見・ご感想は、個人が特定できないよう配慮したうえで当支部が行う広報に活用させていただく場合があります。

2泊3日

東北の絆

～復興応援ツアー～

旅行期間: 2016年5月31日(火)～6月2日(木)

申込み切: 4月27日(水)

※最少催行人数20名/定員40名 ※添乗員全日程同行
※食事条件/朝食2回、昼食3回、夕食2回

旅行代金: 79,800円 (定員利用の場合)
※4名1室、3名1室利用の場合は+5,000円
※2名1室利用の場合は+8,000円となります。

<広告欄>

5/31 (火)	6/1 (水)	6/2 (木)
東京駅<銀の鈴>前にご集合 東京駅(9:00～10:00頃) → 仙台駅(10:30～11:30頃到着) ＜東北新幹線/普通指定席のご案内となります＞ 仙台駅 ——> <大型観光バス> ——> 仙台市内昼食 ※昼食は仙台名物・牛タンをご堪能頂けます 昼食場所 ——> <大型観光バス> ——> 青葉城址 ※遠く太平洋も望める景勝地丘陵にあり、竜ノ口溪谷と広瀬川に囲む断崖絶壁を雷外観とする天然要塞の地に、伊達正宗公が完成させました(所要時間:45分) 青葉城址 ——> <大型観光バス> ——> 松島海岸 ※瑞巖寺や五大堂、湾内クルーズ、買物など自由散策となります(所要時間:90分) 松島海岸 ——> <大型観光バス> ——> 宿泊地 ※「南三陸ホテル観洋」を予定しております。到着後、震災についての講話を予定しております	宿泊地 ——> <語り部バスのご案内> ——> 宿泊地 ※実際に被災地区を車窓からご覧頂き「語り部」よりお話を頂きます(所要時間:約60分) 宿泊地 ——> <大型観光バス> ——> 南三陸町震災復興プログラム ※「南三陸さんさん商店街視察や復興ショッピング」/志津川地区の視察など(所要時間:約100分) 南三陸町 ——> <大型観光バス> ——> 平泉<世界遺産> ※世界遺産中尊寺のご見学と平泉の郷土料理「斛料理」をご堪能頂けます(所要時間:約120分) 平泉 ——> <大型観光バス> ——> 花巻温泉 ※「花巻温泉 ホテル花巻」「ホテル紅葉閣」「ホテル千秋閣」など予定しております	宿泊地 ——> <大型観光バス> ——> 小岩井農場 ※小岩井農場ではバスに乗って農場の歴史探訪致します。また乳製品等のショッピングもお楽しみ頂けます(所要時間:120分) 小岩井農場 ——> <大型観光バス> ——> 盛岡駅周辺 ※昼食はわんこそばで有名な歴史ある名店そば料理をお召し上がり頂きます。お蕎麦またはわんこそばのどちらかをお選び頂けます(所要時間:60分) 盛岡駅(14:00～15:00) → 東京駅(16:00～17:00頃) ＜東北新幹線/普通指定席のご案内となります＞

※上記日程は、交通機関や現地諸事情により変更となる場合がございますので、予めご了承ください。



感動のそばに、いつも。

お申込み・お問い合わせ

株式会社JTB関東 法人営業埼玉支店

TEL: 048-544-5311 FAX: 048-647-4487

〒330-0845 埼玉県さいたま市大宮区仲町2-75 大宮フコク生命ビル7階

総合旅行業務取扱管理者/戸口真也 担当者/穴吹・川名・古川

■詳しい旅行条件を記載した書面をお渡し致しますので、ご確認の上お申込み下さい ■旅行企画・実施/JTB関東 観光庁長官登録旅行業第1578号

武蔵野赤十字病院

- 所在地 〒180-8610 東京都武蔵野市境南町 1-26-1
■連絡先 Tel 0422-32-3111(代表) Fax 0422-32-3525
■休診日 土曜、日曜、祝祭日、5月1日(赤十字創立記念日)、年末年始
■病床数 611床 (一般528床・ICU8床・HCU22床・CCU6床・SCU9床・NICU6床・GCU12床・感染症20床)

受けていますか？人間ドック

● 一人ひとりに寄り添う検査を

あ なたは毎年定期的な健康診断や「人間ドック」を受けていらっしゃるでしょうか？

一見して元氣そうに見えても、見えない病気が潜んでいることがあります。しかし、早期に見つけて治療を始めれば治療させることもできるのです。

人間ドックは体のメンテナンス

人 間ドックとは、船が定期的な『ドック』に入って点検を受けることに例えて創られた言葉です。定期的に健診を受け、身体に異常がないか調べ、メンテナンスをするという事です。

人間ドックは通常の健康診断と違って、消化管から肺、肝臓、腎臓、眼に至るまで、なるべく多くの臓器を検査します。もちろん、人間ドックを受けても全ての病気が発見できるわけでもなく、全てのがんが早期発見できるわけでもありません。けれども、小さな変化でも継続的に見て総合的に判断していくことによって、注意して経過を見ていく必要があるかどうかの判断をすることができます。そして自分の健康状態を知り、今後の健康維持・生活改善のための指

標を見つけることができるのです。

治療の前に予防が大切

よ く、「人間ドックの項目として何を選べばいいかわからない」という声を耳にします。

その場合当院では、基本項目の他にがん検診をおすすめしています。具体的には、頻度が高く(罹患率が高く、死亡率も上位)、早期発見が有効ながんとして胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮頸がんの5つのがんに関わる検査です。詳しくは当院ホームページの「健診センター」をご覧ください。

当院の人間ドックは流れ作業になることなく、受診者一人ひとりに寄り添ってコミュニケーションをとることを重視しています。

大切なのは具体的な症状が出てからの治療ではなく、発症前初期段階での予防・治療です。ぜひ定期的に人間ドックを受けてください。



兆候を見逃さない
医師の技量も必要



人間ドックは病気の早期発見と、予防を学べる機会です

赤十字に触れて、見て、考えて♪

大森赤十字病院

- 所在地 〒143-8527 東京都大田区中央 4-30-1
- 連絡先 Tel 03-3775-3111(代表) Fax 03-3776-0004
- 休診日 土曜、日曜、祝日、年末年始(急患は随時)
- 病床数 344床(一般326床、ICU・CCU6床、HCU12床)

● 6月4日(土)は大森日赤フェスタ

大 森日赤フェスタは、多くの方に赤十字の思想や活動に触れていただくこと、地域の皆様との交流を深めること、そして、平成23年に発生した東日本大震災を踏まえて、被災地の復興に向けた支援や地域の皆様への防災・減災に役立つ知識と技術の提供を行うことを目的に毎年5月ごろ開催しています。

楽しく赤十字が体験できます

当 日は病院の内外に様々なブースが展開。病院のお仕事体験や応急手当体験などの赤十字の体験ができるコーナーの他、地域商店の皆様による軽食などの販売や職員による縁日などもあり、とても賑やかな1日となります。

1階にある講堂ではJRC加盟中学校の吹奏楽部や幼稚園のお子さんたちによる可愛いミニコンサートが開催されて、訪れる方々を楽しませてくれます。

さらに、東日本大震災被災地への復興支援として、被災地復興支援バザーや被災地の特産品販売、今後の災害に備えるための防災グッズや非常用持出し袋の展示や非常食の炊出し体験などもでき、大人も子どもも楽しみながら学べ

るイベントになっています。

私たちは、忘れない。

今 年のテーマは「私たちは、忘れない。」です。これは、東日本大震災発生から5年目を迎えた今年、日本赤十字社が展開した復興支援プロジェクトのテーマでもあります。

私たちは、被災地の復興支援や命を守る防災、減災の大切さをお伝えするとともに、改めて人との絆を見つめ直すきっかけとなるイベントにしようと準備を進めています。たくさんの方の越しを職員一同お待ちしております！



例年、開場前から多くの方が並んでくださるバザー



たくさんのメニューで皆さまのお越しをお待ちしています！



お仕事体験コーナー

JRC加盟校の吹奏楽コンサート

ミャンマー北部救援事業に参加して

葛飾赤十字産院

■所在地 〒124-0012 東京都葛飾区立石 5-11-12
■連絡先 Tel 03-3693-5211(代表) Fax 03-3694-8725
■休診日 日曜、祝日、年末年始
■病床数 113床(産婦人科68床、NICU・GCU等45床)

● 赤十字の海外救援事業参加スタッフインタビュー

葛 飾赤十字産院に所属する看護
師・助産師も赤十字の職員と
して災害救援活動や海外救援事業
に参加します。今回はミャンマー
北部救援事業に参加した職員のイ
ンタビューを掲載します。

東南アジアの国、ミャンマー

私 が活動したミャンマーは近年
経済発展が著しく、ビジネス
や観光の対象としても注目される
国の一つとなりました。その一方
で130以上の民族を有する多民
族国家であり、武装した少数民族
による戦闘が国境付近で散発する
など情勢が不安定で、人々の生活
は脅かされ、多くが国内避難民と
して生活している国でもあります。

そうした情勢から、住民や避難
民に必要な医療を提供することも
難しい現状を踏まえ、赤十字国際
委員会（ICRC）は戦闘で孤立して
いる病院を支援しています。

よりよい医療環境の構築のために

今 回の活動期間は平成27年6月
〜12月の6か月間。派遣され
たのはミャンマー北部の力チン州
にあるライザ病院です。病棟看護
師・助産師として活動しました。
活動の主な目的は医療スタッフの

技術や質の向上です。主に産婦人
科病棟で看護師や助産師と一緒に
働き、患者に対するケアを通して
技術指導を行いました。

ミャンマーの方は総じて人懐こ
く、素直で勉強熱心だと感じまし
た。私が開いた勉強会には多くの
助産師や看護師が参加してくれ、
新しい知識を得てよりよいケアを
学びたいという気持ちがひしひし
と伝わってきたのを強く覚えてい
ます。また、ミャンマーでは家族
の絆が強く、ほとんどの産婦さん
には家族が寄り添っています。夫
が出産の立ち合いを自然に行って
いることにも驚きました。陣痛を
和らげるため腰をさすったり、飲
み物を飲ませたりして、献身的に
妻をサポートする姿はとても印象
的で温かい気持ちになりました。
そんな国での医療体制が（ICRCの
活動等により向上し、地域の人々
が医療へアクセスできて、より良
い治療やケアを受けられるよう
になることを期待しています。



平井 香名（ひらい かな）

助産師・看護師

平成17年から葛飾赤十字産院勤務
＜海外派遣歴＞

ウガンダ：平成23年7月～9月
ミャンマー：平成27年6月～12月
ギリシャ：平成28年3月～



地元の食材が並ぶマーケット



一人ひとりが医療環境を向上させたいという熱意に満ちていました

“アキバ” から “akiba” へ

◆ akiba:F 献血ルーム（千代田区外神田 1-16-9 朝風二号館ビル 5 階）



アキバ献血ルームが閉鎖します

平成 17 年から現在の場所で献血のご協力をいただいていたアキバ献血ルームが 5 月 8 日に閉鎖し、11 年の歴史に幕を下ろすことになりました。

のべ 276,163 人^(※) のご協力ありがとうございました！

※：平成 28 年 3 月 12 日時点



赤十字減災セミナーのご紹介

「減災」を知ることが命を守る鍵になる。

首都直下地震の発生が懸念される今、私たちは何をすべきか。

大規模災害を知り、あなたや大切な人を守るための知識と技術を身につけましょう。



「減災」とは？

文字通り、災害による被害をできるだけ少なくすること。

自然災害の発生を防ぐことはできませんが、事前の備えをしている場合とそうでない場合では、結果が大きく変わってきます。

◆ セミナーの内容

講演 (時間：40～80分)

過去の災害から得た教訓、首都直下地震の被害想定と備え、帰宅困難者、避難所生活 etc...

実技 (時間：40～180分)

応急手当（止血、包帯、搬送）、非常炊出し、避難所生活に役立つ技術、ロープワーク etc...

※お時間や人数等に合わせて内容を構築することも可能です。

◆ 詳しくはホームページをご覧ください

東京都支部ホームページ「講習に参加したい」からお入りください。

<http://www.tokyo.jrc.or.jp/>

日赤 東京



WEB CROSS
電子講習室

も併せてご利用ください。



脳がよろこぶ!
プレゼントが
当たる!

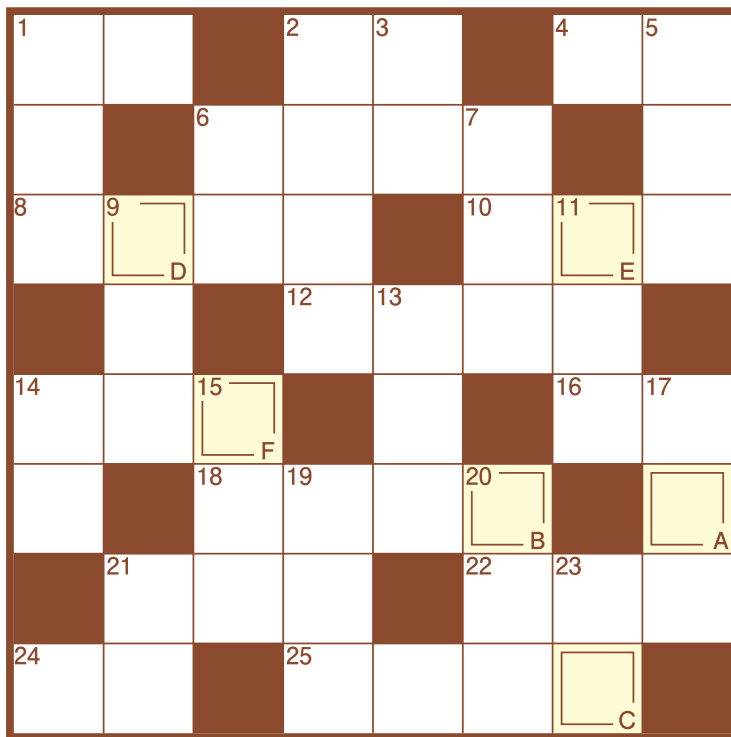
日本赤十字社キャラクター
ハートちゃん

パズルで5分間 脳トレ



- タテのカギ**
- 1 ジニアの反対語
2 春の選抜高校野球。熱戦となり、○○○○ゲームが
ないことを祈ろう
3 具材を細かく刻み、ペースト状やムース状に練り上
げたフランス料理
4 漫画「ドラゴンボール」の主人公といえは孫○○○
5 データ量の単位。○○バイトは百万バイト
6 フリビン 諸島最大の面積の島は○○○島
7 花見には欠かせない。薄くて広いもので、敷いたり被
せたりして使う
8 新学期、隣の席が気になる? 顔を動かさず横の方を
見る
9 道のほと、道はた
↓
10 showは肘。lineは、
恋愛や情事のうわさのこと。SNSには注意?
11 他人の援助を受けることなく生活すること。ガンバ
レ新生活!
12 文章を読む人
13 都道府県別幸福度指数で二位を獲得したのは○○
14 ○県
15 あなたが選挙で選ぶのはタカ派? それとも○○派?
16 春の紫外線対策を! 「太陽」を英語でいうと?

クロスワードを解き、A~Fの文字を拾って解答欄を埋めてください。
A~Fのカタカナで言葉を完成させてください!



ヨコのカギ

- 1 歓迎会は鍋! ○○はどうににする? それとも雑炊?
2 日本の風水ブームの火付け役といえばDr.○○
3 俳句などで用いられる季節を特定する言葉
4 アニメ「銀河鉄道999」に登場するミステリアスなヒロインといえば?
5 武家時代の歩卒、雑兵
6 普段から心掛け身につけた教養やたしなみ
7 ○○○○祭り、○○○○サッカー、○○○○あそび。洗濯がたいへん
8 秘密にしておきたい温泉
9 タイルとタイルの間など、建築部材同士の隙間のことを?
10 現実や想像上の危険に対する強い生物学的な感覚
11 桜といえば…。春を祝う日本古来の風習
12 群馬県にも滋賀県にもある地名。群馬は温泉地として有名
13 ○○納豆、○○偕楽園、○○黄門…
14 エレベーターでブザーが鳴った。○○○○オーパー

解答

A	B	C	D	E	F

プレゼント

A プロムナード シルバートリム万年筆 1名

- 今年創業105周年を迎えるセーラー万年筆の人気ブランドの1つ「プロムナード」。
- ペン先やクリップ、リングなどのシルバーパーツがワールでスタイリッシュな印象を与えてくれます。
- 14金ペン先の万年筆の本格的な書き味が楽しめる大人の一本です。

提供:セーラー万年筆 (www.sailor.co.jp)
※商品のお問い合わせは 0120-191-167 まで

B 脳トレ対戦ゲーム 清少納言 5名

- 家族みんなで脳トレ! 一人でも楽しめる!
- 7つのピースを組み合わせ、お題のシルエットを誰がいち早く作れるかを競うゲームです。
- 平安時代の歌人・清少納言が知育テストを目的に考案したと…。日本古来のパズルを体験してみよう!



提供:ビバリー

C 日赤 LEDライト10名



応募
締切 **5月31日**
(当日消印有効)

応募の方法は
P.20を
ご覧ください!

前号の解答

A	B	C	D	E	F	G
ゴ	ウ	カ	ク	キ	ガ	ン

この4月より、日赤と新・社会人となりました。元Jレポーターオカヒトです！
今回は、日赤職員の方たちから知られる「裏の顔」について取材して参りました！本年度も、どうぞよろしくお付き合い致します♪



行け！ OLポーター★日赤とけきレポ

災害時には、
別の顔を見せること



みなさんは
ご存知だろうか...。
普段は事務員として
オフィスで働く日赤職員が、

その事実を確認すべく、
今回は、全国6人の日赤職員のうち、
お二人にトツゲン取材に参りました!!

平常時

青少年ボランティア課
白石青少年係長

災害時

国内被災地
担当

災害時

海外被災地
担当

平常時

人事課
青木人事係長

ポイント

貴重な女性職員!

ポイント

国際救援要員の
日赤代表の一人!

ポイント

ネパール、フィリピン、ハイチ、
インドネシアにいられた!

ポイント

一人づつ専用の荷物が
ある!

ポイント

大型緊急トラックも
自分で運転!

スゴイ!!



ポイント

派遣先での携帯品は
超で秘密道具!

ポイント

土元のキーパーソンを
見つける!

車や通訳の手帳などの
ためにもスゴイ!!

ポイント

被災地の復興を妨げないよう支援する!

例えば、現地の病院が復旧しつつある中、
いつまでも日赤が支援し続けることは、被災地の
復興を妨げることになる... と言ってお二人。

平和な時と、
災害時とが
どうなるための
支援ですかね。

だから
引き継ぎも
大事なんですよ!

END

赤十字は、 ジミチです。

「赤十字の活動は広すぎてわかりづらい。」
と言われることがあります。

赤十字の活動は、国や状況、理由、活動の種類を
限定しません。対象は全世界の苦しむ人々です。

確かに、エリアや対象となる人々を限定して緊急性
を訴えるほうが社会の目に届きやすく、理解され
やすいかもしれませんが。

しかし、赤十字は世界最大の人道機関。

その組織力があるからこそできることがあります。

緊急時の支援は当然のこと、すべての脅威から
人々を守るために全世界で活動しています。

もちろん、国内でも医療や献血、そして大災害に
対する取り組みなど、皆さまの身近なところで
活動しています。

命を守るために必要であれば、スポットライトが
当たることのないジミチな活動も大切にする。

これが赤十字のジミチです。

—— 皆さまからお寄せいただく活動資金は身近なところでも活用されています。 ——

例えば、

避難所等で被災者の方々に配布される毛布の有効な使い方をお伝えしています。

5年前、東日本大震災発災翌日に赤十字の医療救護班が避難所となった小学校を訪れました。津波の影響を受けたエリアのため校舎内は電気もガスも使えず、とても冷え込んでおり、屋内にもかかわらず吐く息が白かったといいます。そこでは赤ちゃんからお年寄りの方まで全員が配られた毛布にくるまって何とか寒さを凌ごうとしていましたが、中には服が濡れたままの人もいて、まさに1枚の毛布で命をつなぐという非常に厳しい状況でした。震災後、私たち赤十字は、このような教訓を活かすために「赤十字減災セミナー[※]」などで避難所での生活に役立つ知識や技術を普及する活動を続けています。その中では1枚の毛布で効率的に暖を取る方法＝毛布ガウンについても紹介しています。特別な取り組みではありませんが、これまでの経験に基づいて必要と判断したことをコツコツと。それが、これから起こるかもしれない大規模災害から都民の皆さまを守り、支えることになると信じています。

※「赤十字減災セミナー」については、P25をご覧ください。



「毛布ガウン」の着せ方については、「YouTube」
東京都支部公式チャンネル（東京都支部ホームページのリンクから入ることができます）でもご紹介しています。

<http://www.tokyo.jrc.or.jp/>

日赤 東京



ジミチな活動が、必ず命を守ることにつながる。この思いを大切にしています。

活動資金協力者（社）・団体のご紹介

皆様のご協力により日本赤十字社の活動は支えられています。
活動資金のご協力、誠にありがとうございました。

※10万円以上のご寄付をいただき、掲載をご了解いただいた個人、法人および団体等を掲載しています。

活動資金協力に関するお問合せは
東京都支部 振興課 03-5273-6743 まで

●千代田区

(株)朝日写真ニュース社	30 万円
サンフロンティア不動産(株)	28 万円
旭日興産(株)	10 万円
(株)ノタック	10 万円

●中央区

浜田 寛子	10 万円
諸岡 勇	10 万円
諸岡 光恵	10 万円
(株)CJレスキュー&サポート	1004 万 4602 円
(株)兼蔵	50 万円
マックス・ホールディングス(株)	25 万円

●港区

(株)エスエルジャパン	50 万円
イーパートナーズ(株)	40 万円
川澄化学工業(株)	30 万円
(株)帝国データバンクアクシス	10 万円
(有)藤井クリーニング	10 万円
(株)プライムオリジnz	10 万円

●新宿区

横村 武宣	100 万円
内堀 尚夫	15 万円
出井 弘八	10 万円
富士企画(株)	50 万円
歌舞伎町商店街振興組合	13 万円
税理士法人 アルタ東京会計事務所	10 万円

●文京区

(株)プロシッパ	100 万円
トリヤマ(株)	15 万円
オフカインターナショナル(株)	10 万円

●台東区

東邦化成(株)	10 万円
---------	-------

●墨田区

(株)セブン&アイ・フードシステムズ	100 万円
(株) MARUWA	10 万円

●江東区

川島 秀正	10 万円
北島 松太郎	10 万円
坂元 左	10 万円
(株)木場リサイクル	10 万円
江東明るい社会づくりの会	10 万円

●品川区

金森 與志江	100 万円
(株)梓設計	30 万円
(株)オーツカ光学	10 万円
品川合同葬祭(株)	10 万円
(株)ソシア	10 万円
ドクター・ジャパン(株)	10 万円

●目黒区

津村 重臣	30 万円
-------	-------

●大田区

豊川 佳丈	33 万円
尾曾 利夫	10 万円
戸田 彰	10 万円
太陽電業(株)	200 万円
(株)サガデン	10 万円
柴田不動産(株)	10 万円
(株)創真設備サービス	10 万円
(株)プランツパートナー	10 万円

●世田谷区

八木 文彦	500 万円
井上 桂子	100 万円
佐橋 俊彦	100 万円
藤森 博昭	65 万円
鈴木 康司	55 万円
藤森 博昭	50 万円
高橋 隆	10 万円
原島 富美男	10 万円
(株)エス・エフ	25 万円
映心産業(株)	15 万円
(株)ハラジマ	10 万円
みその商事(株)	10 万円
日赤上町分団	10 万円

●渋谷区

(株)アイフホーム	10 万円
(株)ライフプラザ NEO	20 万円
國學院高等学校 生徒会	137,781 円

●中野区

ホスピタリティツーリズム専門学校	10 万円
------------------	-------

●杉並区

井口 清	120 万円
(株)ランロードオフィス	100 万円
(株)ケイプラン	10 万円

●豊島区

国際空手道連盟極真会館	20 万円
武蔵塗料国際(株)	10 万円

●北区

市川 政雄	13 万円
東十条どうぶつ病院	30 万円

●荒川区

匿名	20 万円
柴本 佳子	10 万円

●板橋区

若佐 和子	20 万円
帝京中学・高等学校	10 万円

●練馬区

匿名	30 万円
匿名	10 万円
パイオニア工機(株)	10 万円

●足立区

柳川 幸一	30 万円
佐々木 継男	10 万円
増山 一雄	10 万円
(有)四釜	50 万円
(有)柳川運送	50 万円

●江戸川区

赤塚 明昭	30 万円
藤正商事(株)	50 万円

●八王子市

小林 圭吾	50 万円
木下 徳明	10 万円
宏和建设(株)	10 万円

●武蔵野市

嶋原 敬子	10 万円
長橋 エイ子	10 万円
丸山 弘美	10 万円

●三鷹市

田中 公子	700 万円
木村 得玄	100 万円

●府中市

草間 光一	10 万円
-------	-------

●調布市

鴨下 尚子	110 万円
三木 正子	50 万円
魚返 美智代	12 万 5 千円

●町田市

近藤 徳彌	100 万円
都築 徳良	50 万円

●小金井市

大野 功夫	100 万円
-------	--------

●日野市

遠藤 和子	100 万円
土方 フミ	10 万円

●東村山市

金子 武範	10 万円
-------	-------

●国立市

保科 寛之	10 万円
渡辺 恵子	10 万円

●西東京市

古川 祐子	10 万円
吉岡 優二	10 万円
西東京ハーモニカ音楽協会会長 簾藤八朗	20 万円
新井商事(株)	10 万円

●狛江市

高木 和江	25 万円
-------	-------

●神津

稲久土木(株)	10 万円
---------	-------

●神奈川県

松岡 喜美	10 万円
-------	-------



平成23年4月16日 小峰公園に咲く桜

Rediscovery TOKYO

東京を、再発見しよう



第2回 あきる野市・小峰公園

立川駅から青梅線と五日市線を乗り継いだ先にある武蔵五日市駅。そこから30分ほど歩いていくと、峠道を利用した尾根の桜のトンネルが古くから有名な小峰公園がある。桜の花の撮影を行ったのは、ちょうど今から5年前の4月。余震もまだ続いているなかこの日は雲一つない快晴で、どんな状況でも桜はきれいに咲くのだなとこの桜に救われた気持ちになったのを覚えている。

+ 東京観光写真倶楽部 TOKYO SIGHTSEEING PHOTO CLUB

写真とはまさに「光を観ること」。東京を＜観光＞しながら撮影を楽しむことを目的とし、2005年に発足した同倶楽部は、東京諸島を含む都内各地で撮影会を開催している。部長を務めるのは、日本赤十字社専属カメラマンである菅原一剛氏。東京の写真を撮り続けている同倶楽部とコラボレーションした連載が、Rediscovery TOKYOです。

菅原一剛 HP <http://ichigosugawara.com> 東京観光写真倶楽部 <http://tokyophoto.ne.jp>

日本の引越業界 引越件数 引越売上 No.1

2年連続

引越一筋 45 周年

サカイの
お引越特典

● 訪問お見積りにお伺いの際に
「ひとめぼれ1kg」
プレゼント



● 引越基本料金の **20%割引**

※3/15~4/15 は対象外

● 荷造り用ダンボール箱

大小2種類

最高50箱まで無料

● ハンガーケース

5箱まで無料リース

● ダンボール回収

1回無料

※3/15~4/15 は対象外



売上の一部は日本赤十字社の
活動資金として寄付されます

日本赤十字社の広告を見たとお伝えください

お問い合わせは

株式会社 **サカイ引越センター**

受付時間 9:00~19:00(年末年始休)

受付コールセンター



0120-72-0041

E-mail : h.callcenter@hikkoshi.sakai.co.jp