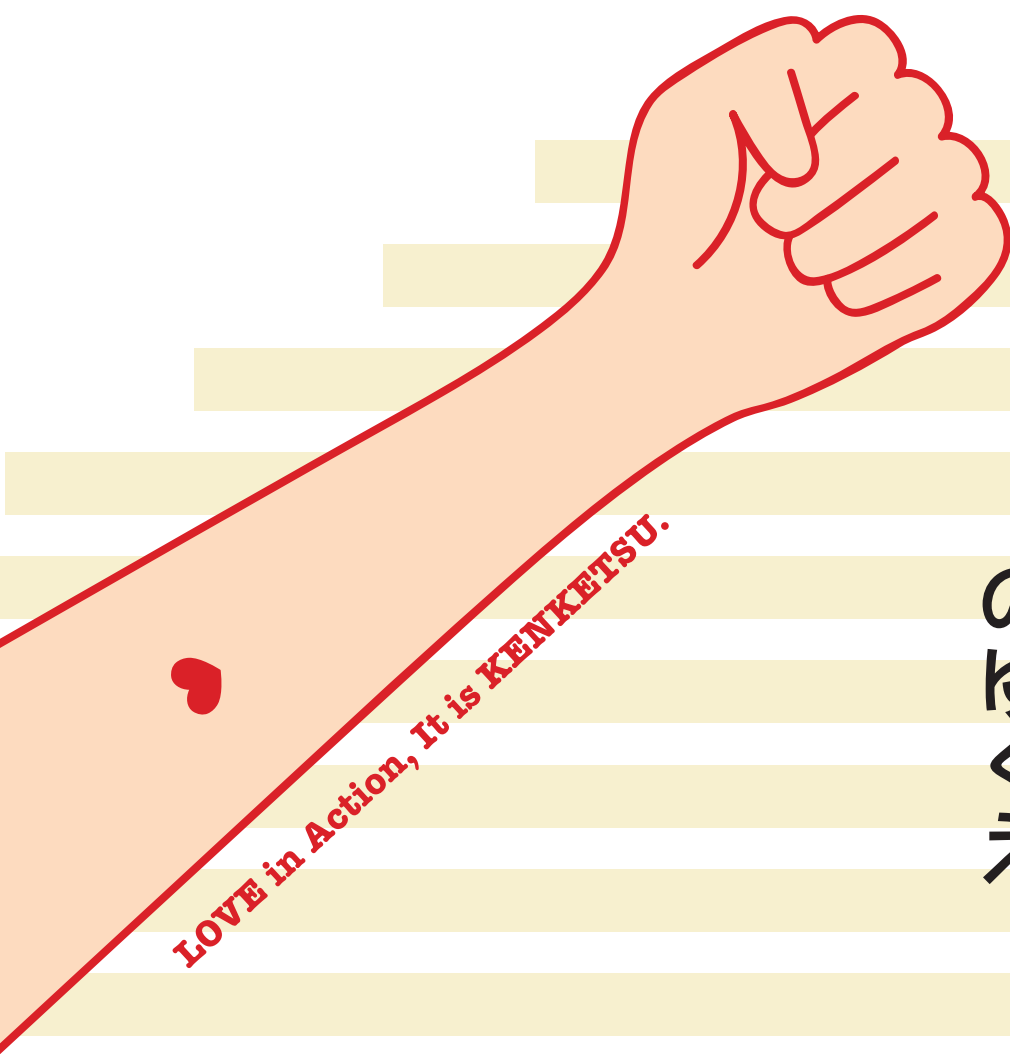


NIT

NISSEKI TOKYO

2019
Winter
Vol.20



LOVE in Action, It is KENKETSU.



のゆくえ。
献血

愛のアクションは、どこへ届く？

04 日赤医療センター・東京都支部合同災害救護訓練 報告

06 れっどくろす News&Topics

特集

08 愛のアクションは、どこへ届く？
献血のゆくえ。

18 Hospital Referral
武蔵野赤十字病院／大森赤十字病院／葛飾赤十字産院

21 献血 NEWS

22 福祉施設 NEWS

23 国際 NEWS

24 行け!OLレポーター オカモト★ 日赤とつげきレポ —vol.14 有楽町献血ルーム編—

25 NT information

26 赤十字Supporters

27 活動資金協力者(社)・団体のご紹介

28 プレゼント

30 Rediscovery TOKYO —第13回 利島—

「はたちの献血」キャンペーン

新成人となる「はたち」の若い方々を中心に、広く献血に関心を寄せていただきたいとの思いから全国で実施されているキャンペーンです。
平成最後のキャンペーンキャラクターは、乃木坂46の齋藤飛鳥さん、星野みなみさん、堀未央奈さん、山下美月さん、与田祐希さん。
輸血を受ける患者さんを守るためには、皆さんの献血なくしては成り立ちません。一人でも多くの献血協力者が増えることを願っています。

あなたがいないれば、つukれないもの。

それはあなたがいないれば、
つukれないもの。

涙を、笑顔にするもの。

いのちどこころに届くもの。

いまこの国では、
10代20代の献血者が減少しています。

血液はまだ、
人工的につukることはできません。

献血へのご協力をお願いします。

生きる、のいつもそばに。

はたちの献血

「はたちの献血」キャンペーン オリジナルグッズ プレゼント



オリジナルTシャツ
150,000円
オリジナルカードケース
15,000円

期間：平成31年1月1日～2月28日

※献血100cc以上の方にはオリジナルTシャツを、50cc以上の方にはオリジナルカードケースをプレゼントします。ただし、献血100cc以上の方でも、オリジナルTシャツを希望しない方は、オリジナルカードケースを希望する場合があります。

主催：厚生労働省・都道府県・日本赤十字社 後援：一般社団法人 日本民間放送連盟 一般社団法人 日本実業家連盟 一般社団法人 日本ユニセフ協会



人間を救うのは、人間だ。



- ① 医療センター1階のアトリウムを、多数の傷病者を受け入れるエリアに
- ② 災害対策本部で活動する東京都支部リエゾン。支部本部要員と連絡を取り合い、現地の状況を報告
- ③ 医療センターに到着した武蔵野赤十字病院の医療救護班
- ④ 海上保安庁のヘリによる医療センターへの傷病者搬送訓練も。このほか、渋谷区や区内の関係防災機関、三師会（医師、歯科医師、薬剤師）との連携を確認しました
- ⑤ 傷病者の処置を行う大森赤十字病院の医療救護班
- ⑥ 炊き出しを担当する渋谷区赤十字奉仕団氷川分団の皆さん
- ⑦ 今回の訓練で全体調整、統括を行った医療センター近藤医師は、「大規模イベントに限らず、平時から渋谷や六本木、原宿などの繁華街を近隣に抱える当院は、常にこのような事態に巻き込まれるリスクがある。日頃から意識して、いつ起こるか分からない災害に備えていきましょう」と語った

放射性物質の爆発物の可能性があり、除染エリアを設置して対応する医療スタッフ



ある医療センターは、院内で傷病者の対応にあたりました。

東京都支部は、医療センター内に設置された災害対策本部にリエゾン（災害対策現地情報連絡員）を派遣。また、武蔵野赤十字病院と大森赤十字病院に医療救護班の派遣を要請するなど、都内の赤十字病院と連携した医療支援チームの派遣体制などを確認しました。

東京都支部は12月1日、大規模イベントにおけるテロ発生時の対応能力向上を目的として、日赤医療センターとの合同災害救護訓練を実施しました。

渋谷区の競技大会会場で爆発が起こり、放射能に汚染された可能性のある多数の傷病者が発生したと想定。渋谷区の災害拠点病院で

放射性物質の爆弾テロが起きた!?

日赤医療センターと災害救護訓練を実施

「けんけつってなあに？」 大学生が献血の絵本を制作

東京家政大学4年生の原優里奈さんが卒業制作のため、絵本「けんけつってなあに？」を制作しました。献血とは何か、どんな役割があるもののかなど、大人も子どもも一緒に知ってもらうのに絵本がいいのでは、と考えたそうです。原さんは東京都学生献血推進連盟の一員として、日頃から献血の推進活動に参加しています。「絵本をきっかけに、献血に少しでも関心を持っていただけたら嬉しいです」と話されました。



東京都支部NT Loungeに寄贈いただきました

寛仁親王妃信子殿下がご臨席 東京都赤十字大会



東京都支部は10月30日、明治神宮会館（渋谷区）で日本赤十字社名誉副総裁・寛仁親王妃信子殿下のご臨席のもと、平成30年度東京都赤十字大会を開催しました。

本大会は、赤十字事業の発展に尽くしてくださった功労者を表彰させていただき式典です。本年度は受章者の代表として25人の方々が登壇し、寛仁親王妃信子殿下や大塚義治副社長、多羅尾光睦副支部長（東京都副知事）から表彰状が授与されました。

式典冒頭では、9月に発生した北海道胆振東部地震災害における現地の救護活動が報告されたほか、武蔵野赤十字保育園から「4歳からの防災意識を～赤十字の防災教育プログラム～」の発表も行われました。

会場入口には昨年に引き続きコインアート型のチャリティーボックスを設置。寄せられた寄付は、紺綬有功会からの寄付金と合わせ、都内の青少年赤十字加盟園への「防災教育の絵本」の贈呈に活用される予定です。



日赤看護大生に協力していただき、寄付を募りました

初の原子力災害対応訓練 本社と1都9県の支部が参加



具合が悪くなった患者役の対応にあたる医療救護班

11月4日、日赤本社と東京都支部を含む1都9県の支部（関東甲越と福島）は茨城県水戸市で、関東甲越ブロックでは初めてとなる原子力事業所での事故を想定した救護訓練を実施しました。

訓練には約300人が参加し、日赤から医師、看護師、放射線技師等で編成された医療救護班が出動。県や日本原子力研究開発機構、消防など防災関係機関が避難所を訪れた近隣住民の放射能汚染の有無を確認し、日赤

が健康診断や応急処置、こころのケアを実施するなど、連携時の役割を明確にしました。

参加した放射線技師は「放射性物質は見えない、臭わない、肌に感じないが、専用の測定器を使えば正確に測定できる。技師の立場から住民の不安を取り除きたい」と話しました。日赤原子力災害医療アドバイザーである日赤医療センター国内医療救護部長の丸山嘉一医師は訓練の最後に、「訓練の成果を持ち帰り、体制を検証し、万一の備えにしてほしい」とまとめました。



訓練終了後すぐに検証を行う

小笠原村で総合防災訓練 島しょ地域の災害対応力を高める



島民の皆さんと共同して炊き出しを実施

東京都支部は11月9日、東京都・小笠原村合同総合防災訓練に参加しました。速やかな救助等が困難な島しょ部においては、自助・共助体制の確立と迅速な避難・誘導等の実践的な訓練を行うことが重要です。訓練は、南海トラフ地震の発生により大津波警報が発令されたとの想定で展開されました。東京都支部は、訓練に参加された方への炊き出しや医療救護活動訓練の搬送指導などを担当しました。

大型チャリティーボックスを 羽田空港に設置

羽田空港国際線ターミナル入国税関エリア内にこのほど、東京都支部の赤十字活動資金チャリティーボックスを2台設置しました。ボックスの上部では日赤の公式マスコットキャラクター・ハートラちゃんが日赤の事業を紹介しています。2020年に向けて、多くの方々に赤十字の存在を知っていただければと思います。今後、海外旅行から帰国する際にはぜひ、ご協力をお願いいたします。



ハートラちゃんが目印です（東京都支部にて撮影）

ITイベントで防災の普及活動 携帯トイレについて考える



2日間にわたるイベントで作成された携帯トイレは1400個以上

東京都支部は、ヴィエムウェア株式会社（港区）が11月に開催したイベント（vFORUM 2018 TOKYO、プリンスパークタワー東京）で、携帯トイレをテーマに防災普及活動を展開しました。同社の社員ボランティアによる呼びかけに、多くの来場者が参加。携帯トイレキットの梱包作業を通じて災害時のトイレ問題について理解を深めるとともに、災害に備えることの大切さを感じていただくことができました。

未来を担う子どもたちと 奉仕団がクリーンキャンペーン

杉並区赤十字奉仕団は12月8日、青少年赤十字加盟校の区立杉並第二小学校が主催するクリーンキャンペーン活動に参加しました。近隣地域の清掃活動を通して、地域の人とともに活動する意義や、地域に生きる一員である自覚を子どもたちにも持ってもらうことが目的です。佐野篤校長は「地域の皆さんとの交流は子どもたちにとってよい刺激となっています」、矢崎芳子奉仕団委員長は「時代の垣根を超えた赤十字活動の場をこれからもつくりたい」と話されました。



善福寺川公園で活動を行いました

ふれあい赤十字デーを開催 葛飾赤十字産院に約200人



手洗いチェックのブースのようす

葛飾赤十字産院は10月20日、「ふれあい赤十字デー」を開催し、近隣の住民など約200人が来場しました。初の試みとなったエクササイズクラス体験、手洗いチェック、Pepperによる赤十字広報が、来場者から好評でした。参加者からは「爪を毎回洗っていなかったの、これから気をつけたい」などの感想がありました。これからも地域の皆さまに愛されるイベントをめざしていきます。

お知らせ クレジットカードによるご寄付のページを、 わかりやすくリニューアルしました

活動資金の使い道、「ありがとうの声」などを掲載しております

赤十字 クレジット 検索



クレジットカードによるご寄付の流れ

STEP 1 クレジット寄付ページ

STEP 2 必要事項のご入力
(申込みフォーム)

STEP 3 手続き完了 (ご寄付)

お問い合わせ

上記の他、さまざまな方法で赤十字活動資金にご協力いただけます。詳しくは下記までお問い合わせください。

〔クレジットカード・口座振替寄付でのご協力〕	地域推進課	03-5273-6742
〔銀行振込でのご協力、その他ご寄付全般〕	振興課	03-5273-6743

赤十字活動資金への継続的なご協力を、ぜひお願いいたします。

愛のアクションは、どこへ届く？

特集

献血のゆくえ。



「献血の血液はどのようにして、
必要とする人のところに運ばれるのだろう」

献血をしたことがある人ならば、

誰もが一度は気になったことがあるのではないだろうか。

今回の特集では、献血していただいた血液が、

輸血を必要とする人のもとに届くまでをご紹介します。

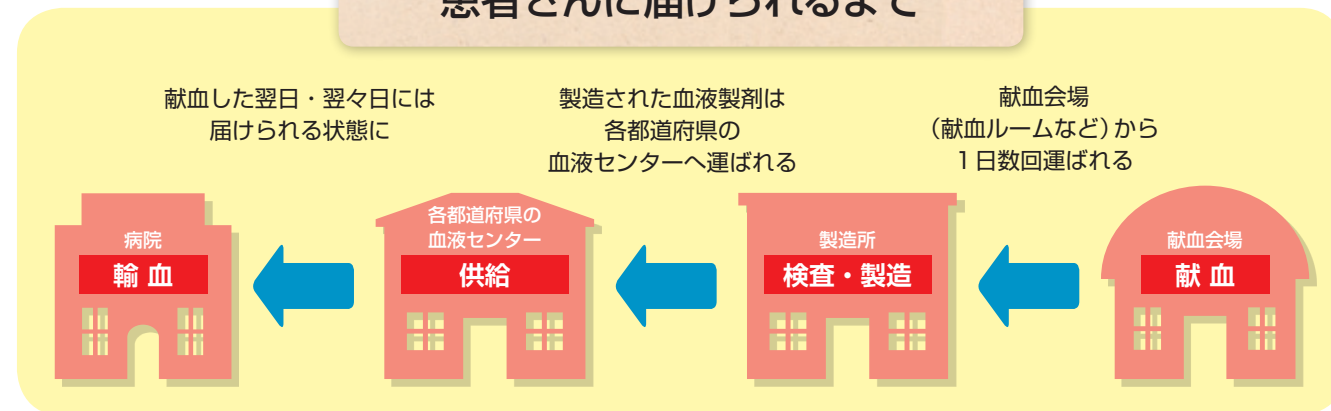
あなたが協力してくれた献血で作られた血液製剤には、

多くの人の思いが込められています。

——自分の血液を無償で提供してくれる献血者の方への感謝を忘れない
——日々の輸血によって支えられる患者さんのいのちのために

「献血のゆくえ」を追い、人を支える一つのかたちをお伝えします。

献血された血液が 患者さんに届けられるまで



献 血でいただいた血液は、各献血会場から1日数回に分けて、関東甲信越ブロック血液センター→東京製造所に運ばれていきます。その数は1日に約2200本。これは全国一の数です。血液は生鮮食品と同様、使用できる期間に限りがあります。最も短い血小板製剤は採血後4日間しか使えないため、迅速な検査・製造が必要です。その日届いた血液は、血小板製剤は翌日、赤血球製剤は翌々日には血液製剤として出荷されています。



主な輸血用血液製剤



赤血球製剤

保存温度：2～6℃
有効期間：採血後21日間
主に悪性腫瘍等に使用されます。



血小板製剤

保存温度：20～24℃（要振とう）
有効期間：採血後4日間
主に悪性腫瘍等に使用されます。



血漿製剤

保存温度：－20℃以下
有効期間：採血後1年間
主に循環器系の疾患等に使用されます。

献血が輸血用血液製剤になるまで



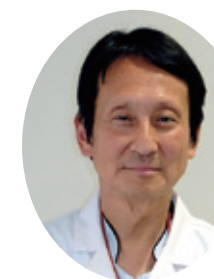
NT編集部が見学した日本赤十字社辰巳ビルの外観 検査部門の職員とともに

献血にご協力いただいた皆さまからの血液は、全国7か所にあるブロック血液センターで輸血用血液製剤（以下、血液製剤）となり、各都道府県にある血液センターから病院に届けられています。今回は、関東甲信越ブロック血液センター東京製造所（江東区）にお邪魔して、献血された血液が患者さんに届けられるまでの流れを教えてくださいました。

01

輸血用血液製剤って、どうやってできるの？

今回、説明してくれた職員たち



製剤一部 製剤一課
製剤四係長
長橋 久方
Hisakata Nagahashi

あなたにとって血液とは？ 献血にはじまり、多くの方がたずさわってようやく患者さんに届くのが血液。「善意の結晶」ですね。



製剤一部 製剤二課
小野寺 拓
Taku Onodera

あなたにとって血液とは？ 血液は、献血の募集・呼びかけから製剤・検査まで、人の手と目を使い、最後に患者さんの体に入っていくもの。僕にとっては「人と人をつなぐもの」です。



検査部 検査一課長
矢部 隆一
Ryuichi Yabe

あなたにとって血液とは？ 献血者は、自分の血液を無償で提供してくれる「賢者」。私にとって血液とは「賢者からの贈り物」です。



検査部 検査二課 検査二係長
橘川 薫
Kaori Kitsukawa

あなたにとって血液とは？ 献血でいただいた血液がウイルスなどに感染していないか調べている私にとっては、「未知のもの」がたくさん入っているもの。もちろん、尊いものであることは言うまでもありません。

製剤部門



細心の注意を払って扱います

安全で高品質な血液製剤に

血液製剤に含まれる白血球は副作用の原因となります。そのため、採血された血液は白血球除去フィルターを通して白血球を除去しています。白血球を除去する作業は、すべての輸血用血液製剤に行われています。



機械が分離してくれます♪

赤血球と血漿^{けっしょう}に分離！

遠心分離機で赤血球と血漿の2層にした血液は、特殊な機械を用いて赤血球製剤と血漿製剤に分離します。赤血球が不足している患者さんには赤血球のみを、血漿を必要としている患者さんには血漿を輸血するためです。赤血球は長期保存するために赤血球保存液を加えて低温で、血漿は凍結してそれぞれ保存します。



異常がないか、目視で確認！

いくつもの チェックを経て出荷へ

製造された血液製剤は、患者さんへ届ける前に品質を確認します。患者さんの体に輸血するので、特に気をを使う場面です。血小板製剤の場合は光に透かして人の目でチェックするなど、各製剤に合わせた方法で確認しています。検査に合格した血液製剤のみが出荷されています。



献血された血液が、実際にどんな検査を受け、どうやって血液製剤になっているのか、その現場を直撃取材！ 機械化が進みつつも、やはり最後に頼りになるのは人の目と手。「献血でいただいた血液を、確実に患者さんに届けたい」という思いで作業しています。

02

検査&製剤の作業室を のぞいてみよう！

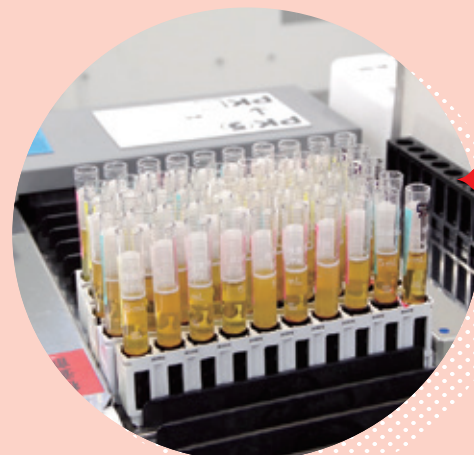
検査部門

試験管を運ぶ時は慎重に



血液型は、 実は250種類以上ある！

運ばれてきた血液はABO型とRh型の土について調べます。血液型は、実は250種類以上あるんですよ。ここでは、そのうち代表的な2つの型を調べているわけです。1日約3000人分の血液を、7台の機械を使って調べています。病院からの依頼で、輸血を受ける患者さんに適合した血液を探すことも。日本の輸血の根幹を支えているという自負を持っています。



陽性反応は見逃しません！



感染症検査では機械が大活躍

次は感染症検査と生化学検査、血球計数検査。感染症検査は基本的にオートメーション化されています。患者さんに安全な血液をお届けするために、B型肝炎及びC型肝炎検査、HIV検査など血清学的検査で6項目、核酸増幅検査で3項目の検査をして輸血による感染を防いでいます。一方、献血者への検査サービスとして生化学検査と血球計数検査を行い、健康管理に役立てていただいています。



血液製剤が病院に届くまでのシゴトを追え！

献血された血液が血液製剤となった後、次に必要となるのは病院に届ける仕事。でも、どの病院にどれだけ届けなければならないの？ 血液製剤の需給管理と、その指示を受けて配送の準備をする供給のシゴトの現場にお邪魔しました。

需給管理

確実に血液をお届けするために

——関東甲信越ブロック血液センター・需給管理課



関東甲信越ブロック血液センター
事業部 需給管理課 鳴瀬小笛

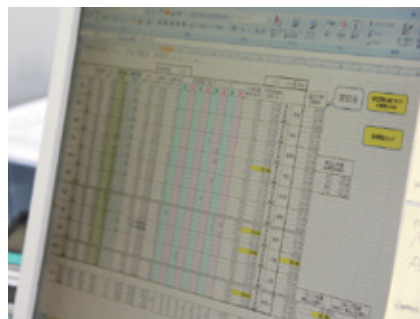
ているのが、関東甲信越ブロック血液センター（江東区）です。血液製剤の需給管理などを担当。ブロック血液センター間の調整も担当しており、全国の司令塔の役割を担っています。

過不足なく

供給することが仕事

製造された血液製剤は、各都道府県にある血液センターに保管され、輸血を必要とする患者さんに届けられます。必要となる血液型や量は日々変動するため、常に調整が必要です。

「血液センターごとに規模も違うので在庫量も変わってきます。赤血球製剤の適正在庫は3日分。



在庫に余剰がある県から少ない県に融通する調整をパソコンの画面で行う

各血液センターと連絡を取りながら、在庫バランスの調整を行っています」と説明してくれたのは、同ブロックセンター勤務7年目の鳴瀬小笛さん。

天候や交通状況をにらみながら

1日2〜3回の定期便だけで供給しきれないのが血液製剤の難しいところ。「一番大変なのは災害時です」と鳴瀬さん。「災害時は献血者の確保や献血された血液を限られた時間内に血液センターへ搬送することも困難です。しかし、他ブロックから運ぶにしても交通機



ひっきりなしにかかってくる電話の一件一件に丁寧に対応する鳴瀬さん

供給

病院に向けて、いざ出発！

——東京都赤十字血液センター・供給課

24時間365日稼働している職場

「病院からの発注を受けて、それに応じた血液製剤を届けるのが私たちの仕事です」。東京都赤十字血液センター供給課の山崎健一さんは話します。

1日の受注件数は700〜800件ほど。血液製剤が必要になるのは夜中も休日も関係ないため、血液センターは24時間365日、1日の休みもなく稼働しています。

いのちを救うための橋渡し

血液製剤には有効期間があるため、東京だけでなく全国で融通しあっています。取材に伺った日、掲示板には「ANA〇〇便 沖縄」の掲示が。沖縄から東京に血液製剤が運ばれることもあるのです。

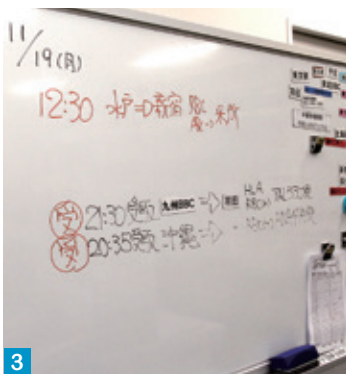
「血液製剤の1本1本は、献血でいただいた貴重な血液で、患者さんのいのちを救うために輸血として使われます。私たちはその橋渡し役として、日々の業務に追われていても、そのことを見失わないよう、患者さんの体内に入るものを管理・輸送していると常に意識することを心がけています」



東京都赤十字血液センター
事務部 供給課 山崎 健一



2



3

- 1 冷蔵庫内で出庫準備をすばやく行う
- 2 冷蔵庫や冷凍庫の温度は、1日6回の点検が義務づけられる、徹底した管理
- 3 県やブロックをまたいで血液製剤を融通



1

献血による血液がなければ 患者さんのいのちは救えません

年間に5000人分の
血液を輸血

交通事故が減り、医療の進歩で出血の少ない手術が開発されていますが、当院では血液製剤の使用量がじわじわと伸びています。2017年の赤血球製剤の場合、年間で約5000人分の血液を使わせていただきました（図1）。また、輸血を必要とする診療科は多岐にわたっています（図2）。

約60人分の血液で
いのちを救ったことも

急性骨髄性白血病の方は、自分で血液がつくれるようになるまで抗がん剤で約1か月、治療を続けます。輸血も必要で、治療が終わるまでに血小板の場合、約30人分の血液が必要です。交通事故で大量出血、心肺停止の状態で運び込まれた患者さんがいました。8時間に及ぶ手術で助かりましたが、その間ずっと輸血が行われ、赤血球30人分、凍結血漿25人分、血小板3人分の血液が輸血されました。その方のいのちを救うために約60人分の血液が必要だったわけです。



左から2番目が高野部長。輸血部のスタッフとともに

武蔵野赤十字病院 輸血部長
高野 弥奈
Hina Takano

皆さんに献血していただいた血液が最後にたどり着くのが輸血の現場です。日々、どれ位の量が、どのような病気に使われているのでしょうか。武蔵野赤十字病院・輸血部長の高野弥奈医師に教えていただきました。

これほど大量の血液製剤は病院に備蓄できないため、血液センターに緊急手配します。いきなり、これだけの量の血液製剤をくださいと言って、すぐに届けてもらえるのは本当にありがたいことです。

輸血によって
残りの人生を有意義に

緩和ケア的な活用方法もあります。骨髄異形成症候群という、異常な造血幹細胞がつかられてしまう病気があるのですが、高齢者の場合、骨髄移植は体力的に難しく、抗がん剤での治療になります。

私が担当した患者さんは、1か月に1回の抗がん剤とあわせ、2週間に1回、輸血をしています。輸血をすると、とても体調が良くなるので、残り少ない自分の時間を家族との思い出のために使おうと、旅行を楽しんでおられました。輸血によって、残りの人生を心豊かに過ごせるのです。

日々、輸血に携わっている私にとって、血液製剤はなくてはならないもの。献血して下さる方々には感謝の言葉しかありません。若い方々にもぜひ、積極的に献血に協力していただければと思います。



献血ボランティアに参加する由輝仁さん(右)

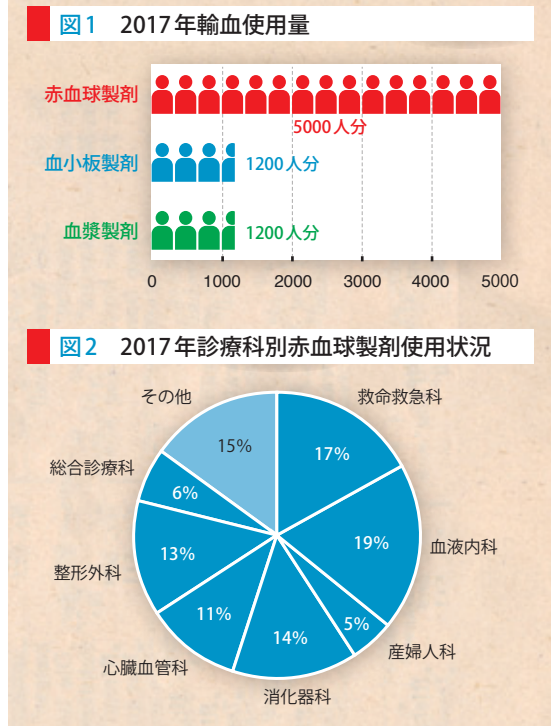
出しました。脳腫瘍の治療は手術したら終わりではなく、放射線治療や化学療法が行われます。息子も、手術の4か月後から化学療法が始まりました。抗がん剤によるひどい吐き気でご飯が食べられず、髪の毛やまゆげ、まつげなど全身の毛が抜けてしまいました。

●40回以上の輸血

自分で血液を作る力もなくなるため、輸血が欠かせませんでした。息子は40回以上の輸血を受けました。輸血のおかげで、息子は治療を続けることができたのです。主治医の先生が血液の状態を毎日何度もチェックしてくれて、白血球の値などが下がりはじめるとすぐ、輸血のオーダーをして下さいます。そして、オーダー通りに血液の入ったバッグが病室まで運ばれて来ました。

●“善意のかたまり”

輸血のための小さな血液のバッグは、献



献血をありがとう！ 脳腫瘍の息子を救ってくれた輸血 ～小辻さみさん～

●4歳の夏、脳腫瘍に

息子の由輝仁は4歳の夏、食べたものを吐いたり、頻繁に転ぶようになりました。近所の小児科に連れて行ったところ、「紹介状を書くから今すぐ大きな病院に行きなさい」と言われました。

都内の病院でCT検査を受けた結果、小児がんの一種、脳腫瘍を告げられました。その日のうちに緊急入院となりました。3日後には、17時間に及ぶ大手術で腫瘍を摘



入院当時の由輝仁さん



JRC OMORI HOSPITAL

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)
■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・CCU 6床、HCU 12床)

子どもの病気やケガは、周りの大人の気遣いによって予防できるものもあります。今回は風疹について説明します。

小児科部長
大沼 健一
Kenichi Onuma



未然に防ごう、風疹感染

予防接種を受けましょう！

2018年に再び流行した風疹ですが、予防の基本は予防接種です。現在、予防接種以上に予防効果があるものではありません。風疹の最大の問題点は、妊娠初期に妊婦が感染すると、お腹の中の胎児が先天性風疹症候群になる可能性があることです。妊娠早期に胎児が風疹に感染すると、死産や重篤な合併症が胎児に生じる可能性があります。また、風疹の感染をすぐに確定することは難しく、15〜30%は症状のない感染です。

予防接種の重要性

そのため、次のような状況に遭遇した妊婦や家族の不安は筆舌に尽くし難いものがあります。

- ・妊娠中の母親が風疹にかかった場合、あるいは、かかったかもしれない場合
- ・父親が風疹にかかった場合、あるいは父親が風疹にかかった可能性があると言われた場合
- ・身近な知り合いが風疹にかかった場合、知り合いが風疹感染の疑いありと言われた場合

風疹の予防接種を受けなかった人、不完全だった人、予防接種したものの抗体が得られなかった人など、風疹抗体を十分量保有していない人が風疹を発症し、他人に感染させてしまうことで、風疹患者がゼロになりません。そのため、男女問わず1歳以上のすべての人々が予防接種を行い、抗体を持ち、風疹感染を予防することが、風疹の感染者数を減らし、先天性風疹症候群の子どもの数を減らし、さらに妊婦やその家族の不安をなくすることにつながります。

ただし、女性の風疹予防接種は、妊娠していない期間に接種し、接種後2か月間は避妊する必要があります。

厚生労働省も2020年までに風疹の排除を達成することを目標としています。対策として多くの自治体や企業が風疹のワクチン接種費用や抗体検査費用を助成しています。下記の表も参考に、予防接種を2回受けていない方や記憶が曖昧な方は、ぜひ市町村や会社にお問い合わせください。



風疹の予防接種を受けましょう

表 年齢によって異なる風疹の予防接種状況

2019年1月1日時点	男性	女性
28歳以下	1990年4月2日以降生 2回個別接種	
28～30歳	1987年10月2日～1990年4月1日生 幼児期に1回個別接種	
30～39歳	1979年4月2日～1987年10月1日生 中学生時に1回個別接種	
39～56歳	接種なし	中学校で集団接種
56歳以上	1962年4月1日以前生 接種なし	

Hospital Referral



JRC MUSASHINO HOSPITAL

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)
■休診日 土曜、日曜、祝日、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、ICU 8床、HCU 22床、GICU 6床、SCU 9床、NICU 6床、GCU 12床、感染症20床)

武蔵野赤十字病院は、人間ドック学会の機能評価認定施設、かつ総合健診学会の優良認定施設として認定されています。

消化器科副部長
健診副センター長
高橋 有香
Yuka Takahashi



健診&人間ドックで健康管理を

土曜日の健診もはじめました！

日本人の3大死因とされる「悪性新生物(がん)」「心疾患」「脳血管疾患」はいずれも生活習慣に深く関係しています。これらの疾患を予防し、早期に発見していくために、当院では、生活習慣に着目した健康診断、かつ安全で精度の高いがん検診をめざし、日々、質の向上に努めています。

総合病院の特色生かし

通常の検査でわかりにくい臓腑についてはMRI、最近話題になっている脂肪肝から隠れた肝硬変に至るスクリーニングとしてMBPGI(血液検査)、がんスクリーニング検査としてアミノインデックス、その他、通常の人間ドックにはない項目をオプションとして選択していただけます。

総合病院の特色を生かし、検査は経験・技量ともに優れた専門スタッフが行い、中心となる検査は、すべて専門医の判定を元に結果を作成しています。

健診後、結果がすぐに判明する項目については当日結果をご説明

し、高度な医療や専門的な検査・精査が必要と判断された場合には、当院専門科をご紹介します。生活習慣病については、管理栄養士や保健師による栄養相談指導も行っています。

高齢化に伴い近年、体の健康だけではなく、脳の健康も重視されています。当院の健診センターでは、脳血管疾患だけではなく、認知症に重点をおいた認知症ドックも設けています。

また、健診を受けていただくだけではなく、健診を有用なものとするために、結果を個々の受診者にお伝えする際、健診結果で今後何に注意していけばいいのか、今後どんな健診が必要か、どんなフォローアップが必要か等をお伝えしています。健診を受けられる方が、健康にどんな不安を持っているかを聞きつつ、相談に応じられるような健診をめざしています。

健康管理の一環として、武蔵野赤十字病院健診センターをご利用ください。



診察のようす



健診センターのスタッフたち

Hospital Referral



妊娠中・授乳中のお母さんをサポート

妊産婦の薬物治療を支援

Hospital
Referral

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)
- 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)

妊娠中や授乳中、薬の使用について不安を感じたことはありませんか？ 葛飾赤十字産院では、お母さんに安心して治療を受けていただけるよう、情報提供など薬物治療の支援をしています。

「妊娠しているのですが、この薬は飲めますか？」「お薬を飲むことになったから断乳しよう」と思って…。やっぱり母乳をあげることはできないですね？」

妊娠中や授乳中の薬物治療が赤ちゃんに影響するのではないかと心配するお母さんは多いと思います。病気にかかり薬を飲んでいいる間に妊娠・出産したり、産後の授乳期にも継続して薬を使うことは決して少なくありません。

妊娠中に薬を飲んでいいの!?

当院では、お母さんが使用している薬の種類や服薬量、服薬期間などを確認し、報告されている情報をもとに、治療に応じた情報提供をしています。

多くの場合、妊娠中に薬を飲んでも影響がないとされていますが、一方で、赤ちゃんに大きな影響を与えることがわかっていいる一部の特殊な薬もあります。このような薬は、できるだけ避ける必要があります。しかし、薬を飲まなかつたためにお母さんの病気が悪

化し、お腹の中の赤ちゃんが先天的な病気にかかったり、発育が悪くなってしまうこともあります。

そのため、妊娠中であっても必要があれば薬を使用します。自己判断で薬をやめたりせずに、必要な治療について医師と十分に相談しながら進めることが重要です。

授乳中の服薬は？

お母さんが薬を飲むと、ほとんどの薬でその成分が母乳に移行するとされています。しかし、ごく少量しか移行しないことがほとんど。さらに、赤ちゃんに吸収されるのはその一部で、多くの薬の場合、赤ちゃんに影響を及ぼすことはありません。

ただし、お母さんが長期間にわたり薬を飲む場合には注意が必要です。医師や薬剤師に事前に相談した上で、長く飲んで赤ちゃんと影響しない薬に変更したり、赤ちゃんの様子を見ながら薬を継続するなど、飲む薬の種類やお母さんの病状に合わせて対応することが重要です。



薬局窓口での情報提供のようす



薬物治療の妊娠・授乳への影響について情報収集



あなたの口コミが、時代を変える。

献血がより身近となる未来を築く

あなたの力を貸してください！

献血をしたことのない方に理由を聞くと、「怖い」「針を刺すのが痛くて嫌だから」のほか、「献血についてよく知らないから」という声が上がります。そのため、東京都赤十字血液センターでは、献血のことを知っていただく「献血セミナー」を実施しています。しかし、それだけでは限界があります。皆さまの力をお貸しいただけないでしょうか？ 方法はいたってシンプル。日常のなかで、「献血」について話す。それだけです。

たとえば、「暇だなあ」「新しいことを始めたい」と話す友人に、「献血に行こう」「献血を始めてみない？」と声をかけてみていただけませんか？

**あなたの言葉で
献血を語ってください**

なぜ、献血にご協力いただいているのでしょうか？ 献血を実際にやってみてどうでしたか？ あなたの言葉で、話してみてください。

日常のあいさつを交わすように、「献血行った？ 次いつ行く？」と気軽に話題になる日が来たら。読書やジョギングと同じように、献血がメジャーな趣味になれば…。そんな献血の未来を一緒に築きませんか？

もっと献血のことを知ろう♪

献血セミナーのご案内

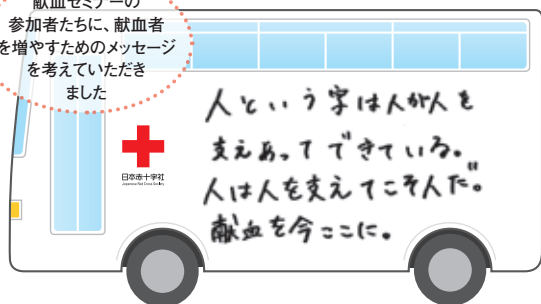
内容：輸血や献血の必要性等について学び、「命の大切さ」や「助け合い」への理解を深めるとともに、「自分ができること」を考える。
対象：小学校5年生～高校3年生
【学校関係者の皆さまへ】
献血セミナーのご依頼を承っております。お申し込みは学校単位になります。
【献血セミナーに関するお問い合わせ】
東京都赤十字血液センター企画課 電話：03-5272-3512 まで

献血セミナーのようす



献血バスのメッセージを考えよう！

献血セミナーの参加者たちに、献血者を増やすためのメッセージを考えていただきました



献血セミナー参加者の声

ほかの人の苦しみに「気づき」「考え」「実行する」!! 今回の授業で初めて知ったことがとても多かったです。(中3)

自分たちのような若者が未来に向けて何をすればいいのか考えさせられた。(中1)

今回の授業で「人間を救えるのは、人間だ」ということを改めて実感しました。(中2)

社会は一人ひとりが協力して成り立っているのだと実感しました。(中2)

復旧や生活再建はこれから

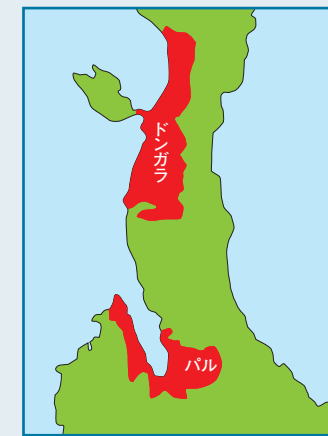
インドネシア・スラウェシ島地震・津波災害

WORLD
NEWS

緊急医療アドバイザーとして10月22日から11月14日まで現地に派遣された和歌山医療センター・国際医療救援部の古宮伸洋医師は、液状化の

液状化の被害にあぜん

ドバイザーを派遣しました。



震源地のドンガラと、被害の大きかったスラウェシ州都のパル

「被害のなかった地域はふだんの生活を取り戻していますが、被害を受けた地区の復旧や生活再建はまだまだこれからです」と古宮医師。息の長い支援が求められています。

懸念されているとのこと。

プは物資が不足気味で、衛生環境も

規模なキャン

の、山間部

が十分に供給

されているも

の、水や食料

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

設診療所や訪

問診療を支援。

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

キャンプは衛

生状態も向上

大きな避難民

赤十字国際ニュースのメールマガジンに登録しませんか？定期的にニュースがお手元に届きます。登録・閲覧はこちら↓



赤十字国際ニュース
(まぐまぐ)



被災された方から話を聞く古宮医師



液状化に飲まれた自宅を見つめる男性に寄り添う赤十字ボランティア。男性の娘の安否は未だわかっていない

武蔵野赤十字保育園

待ちに待った運動会！
たくさん練習したよ



やったー！
大きな魚が釣れたよ!!

迫り満点。
さすが年長さん！



今年も武蔵野赤十字保育園では、10月に運動会を開催しました。運動会は、子どもたちの成長した姿を見ることができる良い機会。この日のために一生懸命練習してきた子どもたちは、ドキドキしながら本番を迎えました。

3歳児クラスは、絵本『11ぴきのねこ』を題材に子どもたちがネコになりきり、お魚釣りに出かけました。最後に、クラスのみinnで協力して大きなお魚を釣り上げた瞬間には、会場から大きな歓声が上がりました。

年長さんは迫力の踊り

年長さんは「よっちょれ」を踊りました。振り付けや掛け声がたくさんあって難しい踊りですが、カッコよく迫り満点の踊りを見せてくれました。年下の子もみんなが、踊りに合わせ「どっこいしょー！どっこいしょー！」と応援する姿も見ることができました。

子どもたちには運動会を通じて、一生懸命練習することやお友だちを応援する気持ちの大切さを感じてほしいと願っています。運動会を終えた今から、子どもたちはリレーやかけっこをして運動会ごっこに夢中です。もう、来年の運動会が待ち遠しいようです。

赤十字子供の家

今年もみんなで
ハロウィンを楽しんだよ！

WELFARE
FACILITY
NEWS

赤十字子供の家では10月末、今年もハロウィンを楽しみました。思い思いの仮装とフェイスペイントを施します。血を滴らせたドラキュラ、ドラえもん、ドラゴンボール、ピカチュウも。女の子たちはプリンセスになりました。子どもたちは3グループに分かれ、グループごとに2人ずつリーダーが選ばれます。リーダーは宝の…ではなくお菓子のポイント地図を持っています。この地図を持って、いざ出発！

たくさんのお菓子をゲット！

「ここが消防署だからこの角を曲がるんだよ」「それじゃあ行き過ぎ！」と相談しながら歩く姿を、大人たちは後ろでニコニコ、ハラハラ見えています。無事に最初のポイントを見つけて、「せ〜のっ！トリック・オア・トリート！」のかけ声に、お肉屋さんは優しい笑顔でたくさんのお菓子をくれました。その後は、武蔵野赤十字病院の隣にある血液センターなどを回って、子どもたちの冒険は無事終了。

お付き合いくださった海老沢肉店さん、東京都赤十字血液センター武蔵野出張所の皆さん、そしていつも温かく見守ってくださる近所の方々、ありがとうございました。

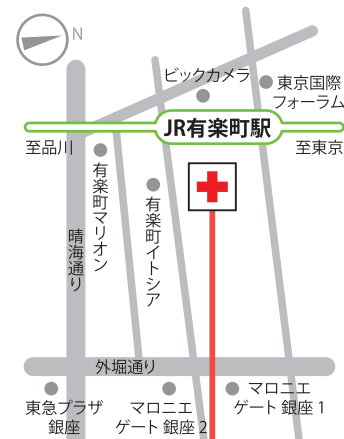


リーダーに渡される
“宝”の地図



お肉屋さんで元気に
「トリック・オア・トリート！」

OLレポーターオカモト★日赤とつげきレポ 紹介献血ルーム



有楽町 献血ルーム

🕒 受付時間

▶ 成分献血

10:00～17:00

※受付状況により、成分献血の受付を早めに終了させて頂くことがあります。

▶ 400・200mL

10:00～18:30

☎ 電話

03-3213-8666

📅 定休日

12月31日・1月1日

📍 場所

〒100-0006

東京都千代田区有楽町2-10-1 東京交通会館6階
(JR有楽町駅 京橋口 徒歩1分)

NT Vol.20
2019年1月発行
NISSEKI TOKYO

■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 (総務部企画課直通)

※本誌掲載の記事・写真・イラストなどの無断転写(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。その後の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。

ホームページ: <http://www.tokyo.jrc.or.jp/>

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

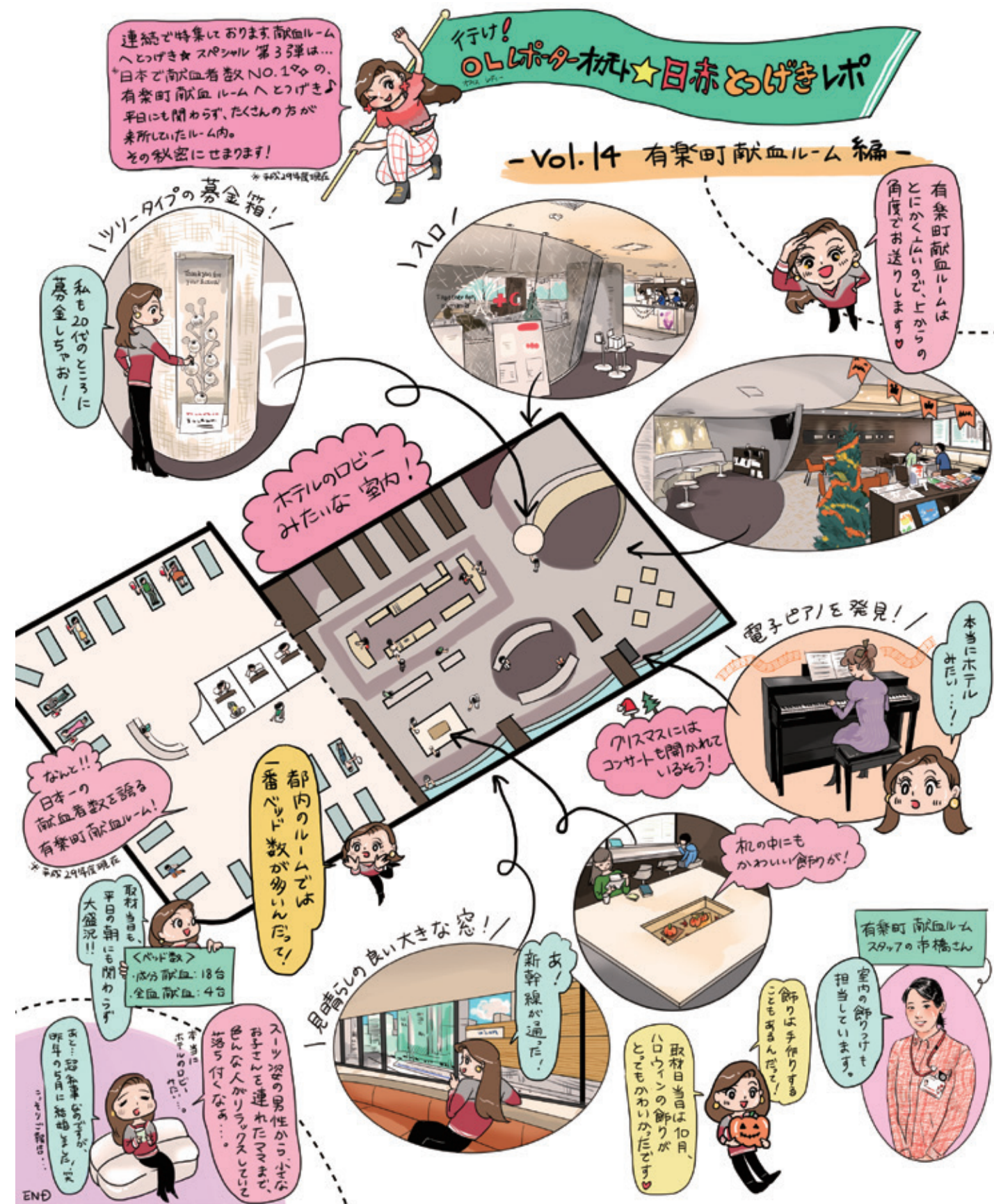
年4回発行(4月・7月・10月・1月)

日本赤十字社東京都支部にご寄付いただいた方に郵送でお届けしているほか、都内の赤十字病院及び献血ルーム・献血バス等の献血会場でも配布しています。

バックナンバーはホームページでも
ご覧いただけます。

日赤 NT

検索



赤十字 Supporters

青少年赤十字のトレセンが 自分を変えてくれた

落合愛海さん(青少年赤十字メンバー、高校1年生)

通

っていた中学校が青少年赤十字(JRC)に加盟していて、2年生のときに先生に誘われてトレセン※1に参加したのが、赤十字と出会ったきっかけです。

私はそれまで引っこ込み思案で、授業で手も挙げられなかったし、意見も言えませんでした。でも、トレセンでは、間違えてもみんながサポートしてくれるから挑戦しやすかったし、自分の意見も言いやすかった。また、リーダーシップについて学んだのですが、人の先頭に立つて引く張るばかりがリーダーではなく、後ろからみんなをサポートするタイプのリーダーもあることを知りました。それなら私もできるかなと思いました。

トレセン後、学校でも保健委員会の委員長などに立候補するようになりました。高校

※1 トレセン…リーダーシップ・トレーニング・センターの略称。青少年赤十字の教育プログラムのひとつで、集団生活を伴う学習活動の場。東京都支部では毎年8月に開催しています。



三首都交流では、運営ボランティアとして司会進行も務めました



「トレセンをきっかけに考え方が変わった」と語る落合さん

※2 三首都交流…青少年赤十字の実践目標のひとつ「国際理解・親善」の達成のため、三首都(東京・ソウル・北京)の青少年赤十字中高生メンバー30人が、約1週間の交流を通して異文化や赤十字への理解を深めます。毎年、三首都いずれかの都市で開催されます。

では友だちと同好会をつくりJRCに加盟しました。国際ボランティアをテーマに活動しています。

トレセンで知り合った子が、北京で開かれた三首都交流※2に参加した経験を教えてくれたのですが、キラキラして本当に楽しそうで。英語は苦手でしたが、頑張って勉強して翌年のソウルでの三首都交流に参加しようと決めました。

目標通り翌年に三首都交流に参加し、知り合った高校生から児童労働のことを教わりました。それがきっかけで、いまは国際協力に関心があります。2018年に東京で開かれた三首都交流では運営ボランティアとして参加しました。自分が参加した時の恩返しというか、参加したみんなに楽しんでもらえるよう頑張りました。

JRCで、カッコいい先輩たちからたくさんのことを学びました。今度は自分が誰かのきっかけになりたい。そして、将来は児童労働をなくすため国際協力の仕事に就きたいです。

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、掲載をご了承いただいた個人、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		橋本 養三	10万円	●立川市	
翔和建物(株)	20万円	(有)丸十オリエント	50万円	中村 智英子	130万円
(株)ケアネット	16万9,484円	●世田谷区		中村 陽子	10万円
(株)朝日写真ニュース社	30万円	小嶋 淑子	50万円	立川市赤十字奉仕団(たちかわ楽市)	12万7,110円
●中央区		小林 賢治	50万円	●武蔵野市	
エムシーオー(株)	30万円	小嶋 召子	10万円	丸山 浩	200万円
●港区		中島 令一	10万円	齋藤 八郎	10万円
(株)ジェイビーホンダエージェンシス	100万円	映心産業(株)	20万円	(株)ハウズ	20万円
イーパートナーズ(株)	30万円	●杉並区		●三鷹市	
国精工業(株)	20万円	岡部 好延	10万円	河合 直子	10万円
(株)長門屋商店	10万円	昭和建物(株)	100万円	永山 敬子	10万円
(株)プライム・オリジンズ	10万円	●北区		ソリッド(株)	60万円
●新宿区		坂田 建太郎	20万円	●青梅市	
出井 弘八	20万円	●荒川区		三和マザック(株)	35万円
内堀 尚夫	15万円	(株)日新建設	10万円	●府中市	
(一社)在日黒龍江省同郷会	88万8,888円	●板橋区		高橋 勇	10万円
(株)アイザワ	12万円	瀬戸川 睦人	100万円	●昭島市	
●文京区		山岸 敏雄	10万円	小山 善治	10万円
(株)ティー・シー・エス	10万円	●練馬区		●町田市	
●台東区		益田商事(株)	30万円	東京町田クレインライオンズクラブ	10万円
野口 香代子	30万円	金子建材(有)	10万円	●国分寺市	
玉姫稲荷神社靴のめぐみ祭り市実行委員会	10万円	●足立区		(有)キシノ	100万円
●墨田区		石井 みい	30万円	●国立市	
木塚 靖夫	20万円	増山 一雄	10万円	関 儀和	100万円
木塚 秀江	20万円	増山 元美	10万円	保科 寛之	10万円
深井 靖次郎	10万円	(有)松沢紙業	20万円	●清瀬市	
(株)ゴトウ	20万円	三和産業(株)	10万円	コーヒーハウスるぼ 森尻 安夫	10万円
●江東区		●葛飾区		●武蔵村山市	
スズキテクノス(株)	20万円	酒井 照子	10万円	(有)ワタヤ	10万円
●目黒区		●江戸川区		●稲城市	
(株)システムサイト	10万円	嶋田 慶三	10万円	芦川 晋	10万円
(株)丸十	10万円	宮原 明	10万円	●埼玉県	
●大田区		●八王子市		藤井 静江	10万円
大津 穰	500万円	堀江 京子	12万円	●神奈川県	
鴨志田 葉子	500万円	木下 徳明	10万円	(株)テクネ計測	200万円
紺野 博	20万円				

(敬称略・順不同)



Present



日本赤十字社東京都支部の協賛企業様からご提供いただいています。ご応募、お待ちしております！

A.

3名様



ポーチ
ダイアナ株式会社

ヒョウ柄。素材にポニーを使用することで高級感を演出。日本製。上部ファスナー付き、縦8cm×横13cmのミニポーチ。

B.

メールからのご応募限定

185ml
24本入り
3名様



FIRE 挽きたて微糖
東京キリンビバレッジサービス株式会社

直火で仕上げた香り高い挽きたてコーヒーの香ばしさとすっきりとした味わいで飲みやすい微糖コーヒーです。

C.

430ml
24本入り
3名様



生茶
東京キリンビバレッジサービス株式会社

低温抽出と微粉碎茶葉で苦味を抑えたうまみに仕上げました。

プレゼント応募方法

①氏名 ②郵便番号 ③住所 ④年齢 ⑤性別 ⑥メールアドレス ⑦本誌入手場所 ⑧本誌でよかった記事(複数回答可。メールの方は、はがき記事一覧から番号でご回答ください) ⑨本誌の感想(100文字程度) ⑩希望するプレゼント番号を明記し、メールまたははがきでご応募ください。抽選でプレゼントが当たります！

締切は2019年2月28日必着。当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

メール

nissekitokyo@tokyo.jrc.or.jp

件名には「プレゼント応募」とご記入ください。

はがき

添付の専用はがきでご応募ください。

※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連絡のみに使用します。お寄せいただいたご意見・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。製造状況等によりプレゼントの内容が変わる場合もございます。

協賛品募集中! お問い合わせは ▶ nissekitokyo@tokyo.jrc.or.jp

読者の声 (vol.19)



赤十字病院は災害に長けている病院と思っていましたが、お産をより安全にするために地域の病院と連携していることなどを初めて知りました。安心できる環境を整えていただけることは住民にとってとてもありがたいし、ぜひ利用させていただこうと思いました。

東京都・26歳・女性(献血ルーム池袋い〜すと)

今回の特集はとても読み応えがありました。スタッフの方々が命懸けで紛争地域へ支援に入っていることがよくわかりました。私も以前はそのような思いがありました。が、現実には実行に移す勇気が足りなく、今に至っています。どうか、健康に気をつけて頑張ってください。

東京都・49歳・女性(献血ルームfeel)

初めて献血に行った新宿西口献血ルームでいただいたNT Vol.19の記事「日赤とつげきレボ」が新宿西口献血ルーム特集だったので少し嬉しかったです。毎日、通学時に通りますが、献血バスをイメージしていることは初めて知りました。こちらの雑誌は初めて読みましたが、献血の重要性をより深く知ることができました。今後も献血に通いたいと思います。

東京都・23歳・男性(新宿西口献血ルーム)

これまで献血の事しか日本赤十字社について知らなくて、興味もわきませんでした。しかし、今回の献血でNTをいただき、赤十字社がボランティア活動や海外での国際活動を行っている事を知って、素晴らしく、人のためになる仕事をしていると感じました。私が通う大学も日赤と関わりがあり、学園祭で活動を紹介していることを最近知りました。そのため、献血以外で少しでも活動を支援したり、何か自分にできることを探して実行しようと思いました。

東京都・18歳・男性(まだ献血ルーム comfy)

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。

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な活動も大切にする。

これが赤十字のジミチです。

プロが教える！赤十字終活セミナーのお知らせ

～あなたの思いを災害・病気・紛争で苦しんでいる人々へ～

参加費無料！

近年、遺言による寄付（遺贈）への関心が高まっており、「これまでに築いた財産の一部を赤十字に寄付したい」というお申し出が急増しています。同時に、社会貢献はしたいけれど、「遺贈や相続の分野はよく分からない…」という方も多いのが現状です。

東京都支部では、赤十字を支援いただいている皆さまに、これからの人生を生き生きと悔いなく過ごしていただきたいという思いから、遺贈だけでなく終活全般に関わるセミナーを、プロの講師をお招きして開催します。

平成31年1月29日（火）14：00～16：30

第1部 14：00～15：30

賢い節税対策・もめない相続対策

（講師：公認会計士・税理士 荒巻善宏／終活バンク株）

第2部 15：40～16：30

遺言の書き方講座

（講師：司法書士 村山澄江／終活バンク株）

平成31年2月22日（金）14：00～15：30

これだけは知っておきたい！介護セミナー（講師：ジブラルタ生命保険株）

開催日

会場

日本赤十字社東京都支部 2階大会議室

アクセス：「東新宿駅」B1出口上（都営大江戸線・東京メトロ副都心線）

お申込み

お問い合わせ

東京都支部ホームページの「**最新のお知らせ**」または「**お電話03-5273-6743（平日9:00～17:30）**」にてお申込みください。先着順のため満員となり次第、終了とさせていただきます。

※電話でのお申込みの際は、①氏名 ②住所 ③電話番号をお伝えください。



過去開催した終活セミナーのようす



+ 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、日本赤十字社契約写真家である菅原一剛氏。東京の写真を取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/>



第13回 利 島

竹芝から高速ジェット船で約2時間半。見えてくるのは海面にホイップクリームをぽってり落としたようなシルエットの利島（としま）。
2010年9月、「つり以外観光するところはないよ」と言われながら恐る恐る上陸した私たちの目に映ったのは、玉石でできた美しい石垣、緑濃い木々を通して降り注ぐ光の陰影、その中で静かに営まれる島の暮らし。全員が夢中でシャッターを切った。
ほぼ円錐形のこの島が一年中緑に覆われているのは、その大半が常緑樹である椿の畑だからだ。利島には約20万本の椿の木があり、その実を絞って作る椿油は利島の基幹産業。全国シェアの6割を占めるという。2015年2月、椿の季節に再訪した利島は、さながら洋上に浮かぶ椿の段々畑。掃き整えられた地表には、形をとどめたまま落ちた花が絨毯のように敷き詰められ、その上に幾重にも重なる木漏れ日の濃淡が揺らめいている。
丁寧に扱われ大切に受け継がれてきたものが纏う、そういった空気をこの椿の林は湛えていた。

赤十字職員からNT読者の皆さんに、お役立ち情報をお伝えする「職員通信」。第3回は、講習普及事業を担当する森山紀子職員がお届けします。

職員
通信
Vol.3

冬は特に要注意！

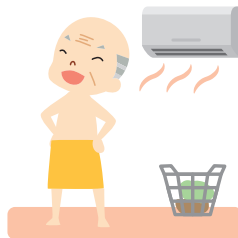
入浴時の事故を予防しよう



入 浴時の心停止は溺水だけでなく、急性心筋梗塞や脳卒中などが原因で起こることもあります。とくに冬の時期、湯船の中と浴室の温度差が大きいことなどから、心停止の発生頻度は夏の時期に比べて約10倍になります。

予防策

- 冬の時期は、浴室、脱衣所、廊下をあらかじめ温めておこう。
- 飲酒後や眠気を催す薬を服用した後の入浴は避けよう。
- 長時間の入浴や熱いお湯は避けよう。
- 入浴の前後にコップ1杯程度の水分補給をしよう。
- 高齢者や心臓などに持病がある方の入浴中は、時々まわりの人が声をかけよう。



出典：赤十字救急法基礎講習教本



今回、お届けしたのは…

日本赤十字社東京都支部事業部救護課講習係長

森山 紀子 もりやま のりこ

武蔵野赤十字病院の看護師として多くの経験を積み、現在は講習普及事業を担当。健康生活支援講習の講師（健康生活支援講習指導員を養成する指導者）として、講習を通じて「誰もが自分らしく、健康で実りある生活を過ごすため」の知識や技術などを伝えている。

このほかにも、赤十字講習の知識を動画で紹介しています。



WEB CROSS

電子講習室



日本赤十字社 東京都支部
Japanese Red Cross Society

〒169-8540 東京都新宿区大久保1丁目2番15号
TEL 03-5273-6741 (代表) FAX 03-5273-6749 <http://www.tokyo.jrc.or.jp>

Facebookも見つね!

