

NT

NISSEKI TOKYO

2019
Autumn
Vol.23



Contents

04 れっどくろす News&Topics

特集

06 やさしいまち
～支えあいの輪をつむぐ、東京～

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.17 献血ルーム吉祥寺タキオン編—

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16回 新島—



12月1日～25日は「NHK海外たすけあい」キャンペーン

日本赤十字社は毎年12月1日～25日に、NHKと共催で募金キャンペーン「NHK海外たすけあい」を実施しています。お寄せいただいた寄付は、世界中の紛争、災害、病気で苦しむ人々の支援に役立てられます。皆様のご協力をお願いします。

赤十字ならではの支援の特色

- 世界の191の国と地域にある赤十字のネットワークを活用し、ニーズに即した直接的な支援ができます。
- 日頃から地域に根ざして活動しているからこそ、いち早く継続的な支援ができます。
- 中立の立場で活動しているからこそ、紛争地等国際社会の支援が届きにくい地域にも支援を届けられます。

海外たすけあい

検索

令和元年度のテーマは

「気候変動による 人道危機と赤十字」

地球規模の気候変動がもたらす世界各地での災害、紛争、病気といった人道危機は深刻化しています。赤十字はそのリスクに備え、人びとの回復力や適応力のさらなる強化に取り組みます。

赤十字国際ニュース：シリーズ
「気候変動の影響と人道」はこちら→



自分で考え、行動する力を 今年の夏もトレセン開催



みんなで力を合わせて課題をクリア

リーダーシップ・トレーニングセンター（トレセン）は、青少年赤十字の特徴的な教育プログラムの一つで、「気づき・考え・実行する」リーダーシップをもった児童・生徒の養成を目的とした、3泊4日の宿泊型研修です。

毎年夏に、都内の青少年赤十字加盟校の児童・生徒を対象に実施し、参加者一人ひと

りが、「リーダーシップ」について学んでいきます。

この夏は、小・中・高あわせて95人が参加。「やさしさ」や「思いやり」の心と、主体的で自立した態度を育むために、国際理解、応急手当、福祉体験、災害学習などさまざまなプログラムを体験しました。



小学生・高校生チームで助け合いながらの炊き出し



他者を理解する第一歩となる福祉体験

参加者からは、「他校の生徒との交流に刺激を受けた」「自分で考え、進んで行動する力が身についた」など、自分の成長を感じ、自信がついたという声が多く寄せられました。学んだことをこれからの学校生活や社会活動で活かし、リーダーシップを発揮していくことが期待されます。

9都県市合同で防災訓練
関係機関の役割を再確認

東京都支部は9月1日、東京都など9都県市が合同で実施する防災訓練に赤十字ボランティアとともに参加しました。40回目となる今回は多摩市で実施。傷病者の搬送や受け入れなどの訓練を行い、関係機関と連携のもと災害対応能力向上に努めました。また、訓練に参加した地域住民を対象に「災害時のトイレ問題」を考える体験ブースを設けたほか、地元奉仕団と連携した炊き出し訓練なども実施しました。



次々と搬送される傷病者の治療にあたる日赤救護班

河川での事故を防ぐために 多摩川で体験型講習



ライフジャケットとヘルメットでしっかり安全対策

東京都支部は8月3日、小学生とその保護者を対象とした体験型講習を奥多摩町にある氷川キャンプ場内の河川で実施しました。当日は好天に恵まれ、総勢21人が参加。最初に安全装備のライフジャケットやヘルメットを装着し、その後、川で流された時の対応として「姿勢は仰向け、頭は川上、足は岩や障害物への衝突回避に川下へ」を確認しました。また、大人と子どもに分かれて、「スロー

ロープ」という救助用ロープの投げ方と事故者を想定した救助体験も行いました。

最後は対岸の大きな岩場まで泳いだり、下流で待ち構える指導員のもとまで長い距離を流れたり、思い思いのシーンにチャレンジしました。受講者からは「川の水は思ったより流れが速く冷たかった」「ライフジャケットはすごい、浮いた」などの声が聞かれ、自然を満喫しつつも危険があることを体験する機会となりました。



川で流された時の正しい姿勢の取り方を実践

中国・韓国のメンバーと交流
青少年赤十字交流プログラム

第17回北京・東京・ソウル青少年赤十字交流プログラムが中国・北京で、7月22日から5日間の日程で行われました。日本からは中学生4人、高校生6人が参加し、中国・韓国の青少年赤十字の仲間と交流しました。各国の日頃の活動内容を共有するとともに、文化交流として演舞なども披露。参加者からは、「国境を越えた絆が生まれた」「未知の世界へ飛び込むことの楽しさを知った」などの声が寄せられました。



救急センターで北京市紅十字会の活動を学んだ後に

東京・ソウル・北京の大学生が交流 今年も東京で三首都協議会

した事業を展開しています。

今年は、8月19日～23日に東京で開催され、各国からRCY（レッドクロス・ユース）の大学生メンバーが5人ずつ参加しました。プログラムでは、各国のRCY活動を紹介しあい、総合福祉センターなど日本赤十字社の施設見学や高齢者ケア体験などを通じて交流を深めました。

2日目は、東日本大震災で災害医療を担った石巻赤十字病院を見学したほか、陸前高田市で震災体験の語りを聞きながら被災地を訪問して防災について学びました。

参加したメンバーからは、「日本の災害復興の様子を目にして、とても感動した」「複雑な国際情勢の中で、日中韓すべてのメンバーが心をつなげて多くの学びを得ることができた」「言語は違うが、互いを大切に考える心が重要だと感じた」などの感想がありました。



陸前高田市で震災の語り部から話を聞きました



最終日には涙ながらに感謝の言葉を伝えあう姿も

東京2020大会にむけた応援活動 クリーンプロジェクトを実施

クリーンプロジェクトは、来年開催される東京2020大会の応援プログラムとして、昨年から各地域の赤十字奉仕団を中心に、清掃奉仕活動を実施しているもの。今後は、オリンピックの競技日に合わせて活動を予定しています。第2回は9月15日のマラソン代表選考会に合わせ、23区の地区で実施されました。



地域の中学校の生徒たちもクリーン活動



大勢の奉仕団員が活動に参加（写真は府中市の皆さん）



自分の“地域”に、いま一度目を向けてみよう。



思い浮かぶのは、地域の情景だろうか。そこに住んでいる人だろうか。

あらためてみると、意外と知らない地域の姿が見えてくる。

地域には、いろいろな「困りごと」をかかえた人がいる。

それは、目をこらさないと見落としてしまうものかもしれない。



地域には、さまざまな人が、あらゆる形で関わっている。

共通するのは、「困っている人に手をさしのべたい」という想い。



支えあい、いたわりあい、わけあう輪をつむごう。

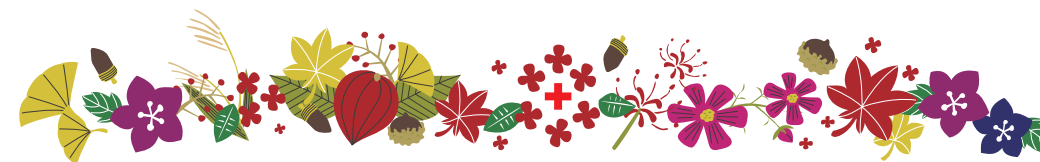
その先にあるのは、だれにとってもやさしいまち。



特集

やさしいまち

～支えあいの輪をつむぐ、東京～



ケースワーカーの 経験を生かして

JR 中央線の中野駅から徒歩20分。住宅街の中、緑豊かな桃園川緑道の途中にモモガルテンはあります。築60年の民家を改装した店舗は、古民家好きにはたまらない、レトロで味わい深い外観。店内にも濃厚な「昭和」の香りが漂います。お客さんたちも、心なしかのんびりくつろいでいるような…。都会に在ることを忘れさせてくれるような空間です。

ていた嘉山さん。モモガルテンの建物はもと昭和23（1948）年に建てられた二軒長屋で、住む人もなかったことから、自立支援施設と同じ大家さんから活用を許可されたそうです。

生活保護やホームレスの自立支援に携わってきた嘉山さんは、路上生活から脱出してアパートに入居できても地域に溶け込めずに孤立し、ホームレスに戻ってしまうケースをいくつも見てきました。「施設を出たり、アパートを借りて新しい生活を始めた人たちのための居場所づくりが必要だ」との思いからカフェを開くことに。

「路上生活の“卒業生”の居場

古民家カフェとして 人気に

所であるとともに、近所のお年寄りや介護で疲れている方、子育て中でひと息つきたい方などが、リラックスできてくつろげる場を提供したいと思いました」と嘉山さんは語ります。

カフェとして改装する際に出会ったのが、セルフビルドで古い建物の再生を手がける建築家の中西道也さん。老朽家屋があると相談したところ、改装を引き受けてくれることに。改装作業は中西さんと知り合いの大工さんを中心に、嘉山さんや友人たちも手伝っ

たそうです。「壁を塗ったり、柱を磨いたりしました。改装に加わったこともあり、思い入れのある店になりました。自分の分身みたいなものですね」。

平成25（2013）年に開店した

モモガルテンは、その独特かつ個性的な内装で、瞬く間に古民家カフェとして有名になりました。古民家カフェを取り上げるテレビ番組に出演したり、雑誌にもおしゃれな古民家カフェとしてしばしば掲載されたりしています。

「私は『古民家カフェ』と言ったことはありませんが、雑誌などに取り上げていただいたことから、週末などは遠方からのお客



1 マスターの嘉山隆司さん
2 開放感のあるテラス席
3 穏やかな時間が流れる店内

CASE 01 古民家カフェ「モモガルテン」(中野区)

地域の人たちが “雨宿り”できる場に



東京・中野にある古民家カフェ「モモガルテン」。オーナーの嘉山隆司さんは新宿区で34年間、ケースワーカーとして生活保護やホームレス問題に取り組んできました。その経験をもとに地域の人々に役立つカフェをめざして、イベントなども積極的に開催しています。

column

「スタッフたちには、 ケースワーカー時代の経験も 伝えています」

新 宿区の福祉事務所でケースワーカーとして34年勤務した嘉山さん。なかでもホームレス支援の仕事に長く従事し、制度をできる限り活用して本人の気持ちに寄り添う支援を心がけてきました。「ケースワーカーをしていた経験から痛感したのは、たとえお金があっても、人とのつながりがないと人間は生きていけないということ」と嘉山さんは語ります。

ケースワーカー時代の経験をカフェのアルバイト店員たちに話すこともあり、嘉山さんの話をもとに卒論を書き上げた学生スタッフもいるとか。また、学生スタッフたちが店でカンパを募り、自分たちでつくったバレンタインのチョコレートを多摩川のホームレスの人たちにプレゼントしたことも。「学生たちに話した自分の経験が、こうやって役に立つのはうれしいですね」。



㊦ ホームレスの人たちへのバレンタインチョコ／㊦ 新人ケースワーカーの目を通して生活保護のリアルな実態に迫る漫画、『健康で文化的な最低限度の生活』（柏木ハルコ著、小学館）の取材にも協力したことがある嘉山さん。同作はテレビドラマにもなった話題作で、現在も連載中

カフェ モモガルテン

東京都中野区中央2-57-7
☎ 03-5386-6838
定休日：月・火・水（営業時間はお問い合わせください）
<http://www.facebook.com/momogarten>
アクセス：JR 中野駅から徒歩20分、東京メトロ中野坂上駅から徒歩12分

援助していく仕組みをつくりたいですね」と、嘉山さんの夢は膨らみます。

認知症カフェだけでなく、音楽会や学習会など、多彩なイベントも開催しています。最近、骨董品好きのお年寄りの収集品を展示して、本人に解説してもらうというイベントも。「知り合いのデイサービスのスタッフから、利用者さんで骨董品が大好きな方がいると聞いたのがきっかけです。展示会をやりたいと話したら、ご本人がとても生き生きしてきたのが印象的でした」。

「イベントをやらせてほしいという持ち込みの企画もありますよ。先日はひとり親・DV被害者

の住生活環境の研究をしている方に話してもらう会も開催しました。地域の人に役立つ情報を発信するカフェでありたいですね」



- 4 改装作業のようす
- 5 店の外は緑がさい茂る
- 6 入口では古本市を開催
- 7 沖縄三線のイベントを開催したことも
- 8 秋になると柿も実る
- 9 骨董品の展示会
- 10 メニューはすべて自家製。大人気のインド風スパイス・ポークカレーは、玉ねぎを3時間炒めてつくる本格派。インド人のカレー屋さんに褒められたことも
- 11 スイーツではチーズケーキが一番人気



column

情報交換や交流を楽しみながら～認知症カフェ in モモガルテン～



認知症カフェのようす

今 年1月から毎月、モモガルテンでは認知症カフェが開かれています。8月13日に開かれた8回目の認知症カフェには12人が参加。認知症看護認定看護師が講師となり、認知症の基礎知識を学びました。「何かがおかしいと本人が一番わかっています」「何でも家族がやってあげるのではなく、本人がうまくできないところを手伝ってあげて」など、家族の心がまえや対応について、わかりやすく解説。その後は、参加者の自己紹介やフリートーク。初めて顔を合わせる人もいましたが、コーヒーとケーキを楽しみながら、終始和やかな雰囲気でした。

今回は園芸療法がテーマ。これまでも「有料老人ホームの選び方」「老後の居場所について」など、身近な話題を取り上げています。参加費300円。誰でも参加できます。開催日等については、お店にご確認ください。

「役に立っている」
葛藤もしながら

開店から6年。お店は人気だし順調かと思いきや、「カレーの鍋をかき混ぜながら、『自分は何か社会の役に立っているのかな』と悶々とすることもあります」と嘉山さん。元ケースワーカーとしては、もっと積極的にお客さんや地域の人たちと関わり、困りごとや悩みごとを話してほしい、そうした空間をつくりたいと葛藤しています。

「ここをただのカフェにしたいんです。ケースワーカーたちが集まれるワーカーズカフェとか、大人も来られるおとな食堂とか。現在、金曜夜のバー営業は休業中ですが、介護・送迎付きの飲み屋とかね」と話す嘉山さん。周囲も巻き込みながら、地域の人たちに頼ってもらえるカフェへ、さらに進化させていくことが目標です。

人と人が支えあう 社会にしたい

「人と人が支えあう社会にしたい。これに尽きるね」——「こまじいのうち」のオーナー兼マスターの秋元康雄さんは開口一番、こう言い切りました。

「私が子どもの頃は、隣近所との助け合いがあったし、近所の人とすれ違えばあいさつをしたけれど、最近はそのということがなく

なっていました。町会のメンバーと『昔は良かったな』なんてよく話していてね。なんとかしたいと思っていたんです」

秋元さんは当時、駒込地区・神明西部町会副会長（現在は会長）でした。この地区で居場所づくりの計画が持ち上がったことを知り、自身が所有する空き家の提供を申し出ました。文京区社会福祉協議会（社協）の地域福祉コーディネーターの力も借りながら、地域の12

町会やさまざまな団体の協力も得て、平成25（2013）年10月にオープン。以来、地域住民の居場所として歩みを進めてきました。

名前の由来は 「駒込のおじいさん」

「こまじい」は「こまごめのおじいさん」から名付けました。「町会長はみんなおじいさんだし、自分もおじいさんなので、いいんじゃないかと（笑）。結果として、



1 「こまじい」こと秋元康雄さん（左）とスタッフの船崎俊子さん
2 カフェこまのワンシーン。この日は布ぞうり作り
3 2016年からは子ども食堂も運営



CASE 02 地域住民が集う「こまじいのうち」（文京区）

みんなの“居場所”をつくりたい

東京・駒込駅から歩いて10分ほどの住宅街にある「こまじいのうち」は、子どもからお年寄りまで、誰もがいつでも集える場。スタッフと利用者の境目もあいまいな、ゆるーい感じの、地域住民の“居場所”です。

小さい子どもにとっても呼びやすい名前になりました」と秋元さん。「こまじいのうち」では、地域住民の発案により、「ビーズ教室」「脳トレ健康麻雀」「学生落語」など多種多様なプログラムが開催されています。プログラムのない日や時間帯は「カフェこま」として自由に過ごせます。利用料は100円から300円程度。このほか、小さな子どもを持つ親子が集う「ばびぶ☆ベビー」や、学習支援「てらまっち」の活動も。平成28（2016）年からは子ども食堂の取り組みも始めました。

コアスタッフの1人、船崎俊子さんは定年まで仕事を続けてきたため、「こまじいのうち」に関わるまで地域とのつながりがありませんでした。「定年になり、このチラシを見て、いいな」と。福祉関係の仕事をしていたこともあり、子育て支援のプログラムにボランティアとして関わったのがきっかけです。ここに来るようになって、ボランティア同士のつながりもできるし、地域のお母さんやお年寄りとも知り合えて、道で会えばあいさつするようになりました。居場所があるから、人々とのつながりができると実感して



文京区社会福祉協議会の地域福祉コーディネーター 井上倫子さん（左）と地域福祉推進係長 浦田愛さん

ことが困難な家庭の子どもは、塾への憧れがあります。学習支援に参加した子が、『私も塾に行っている友達に言えるのが一番うれしい』と話していたのが印象的でした」と井上さん。

現役時代はバリバリ働いていた独身の人が、体調を崩したり認知症を発症したりすることがきつかけで、あっという間に生活が成り立たなくなり、家がゴミ屋敷になってしまいうケースも珍しくないそうです。「傷が浅いうちにSOSが出せればいいのですが、ある一線を越えてしまうと、恥ずかしいという思いから他人を完全にシャットアウトしてしまうケースが多いのです。私たちとしては、

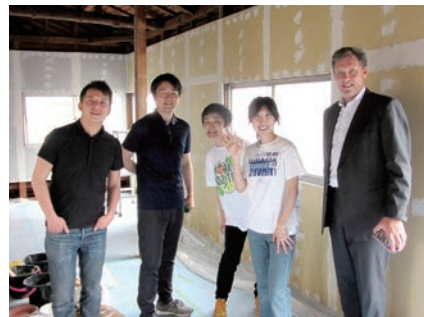
「こまじいのうち」の立ち上げをバックアップしたことは、社協にとっても新しい挑戦でした。そして、ここでの成功が他の地区への展開につながり、コミュニティカフェなどの取り組みにも広がりました。

『『こまじいのうち』の運営は、スタッフと利用者の壁がほとんどなくて緩い。でも、居場所づくりに取り組みたいと視察に来る人たちは、それを見て『これならできそう』と感じるようです。』こまじいのうちの人たちも『まずやってみて、ダメならやめればいいよね』と言っています」と、地域福祉コーディネーターが所属する地域福祉推進係長の浦田愛さんは語ります。浦田さんは地域福祉コーディネーター時代、「こまじいのうち」

の立ち上げに尽力しました。

「住民、社協、行政のそれぞれの分担がうまくいっているから、全国的にも珍しい常設型として機能しているのだと思います。企業のCSR（社会的責任）活動の情報をキャッチしたり、企業の事業とのコラボレーションを模索したりするのも、私たちの仕事です」と浦田さんは言います。

もちろん、何より重要なのは地域住民の力です。「関心はあっても一歩踏み出せない人が多いかもしれないですが、仕事やこれまでの人生で培ってきた能力・スキルは、ご本人が思っている以上に役立つものです。ご自身の能力やスキルをぜひ、地域に還元してほしいですね」と浦田さんは語ってくれました。



地元企業（ベルノ・リカール・ジャパン）のCSR活動と「こまじいのうち」の改装ニーズをマッチング

column

地域の子育て広場～こまびよののうち

こまじいのうちの隣の空き家を活用して平成29（2017）年5月にオープンしたのが、「こまびよののうち」。文京区の「地域子育て支援拠点事業」の提案を受け、文京区で民間が運営する初めての“子育て広場”として誕生しました。3歳未満の親子を対象に週5日開設。保育士が常駐し、気軽に育児相談ができる場にもなっています。



「こまじいのうち」の立ち上げに大きな役割を發揮したのが、社協の地域福祉コーディネーター。

「住民からの相談を受け地域に入り、住民主体の活動を応援していくのが私たちの仕事です」と語るのは、コーディネーター3年目の井上倫子さん。地域に積極的に入っていくことで問題が深刻化する前に発見したり、「地域のために役に立ちたい」と考えている個人や組織の思いを具現化したりしています。

「日常的に民生委員さんや町会自治会の方にお会いしたり、お祭りなどのイベントに参加したりして、つながりをつくっています。顔を知っておいてもらうことで、ちょっとしたことでも相談できる関係ができるからです」

文京区の社協が近年力を入れていくことのひとつが、「多機能な居場所づくり」。文京区には仕事の関係で地方から引っ越して来る人も多く、地域に人間関係のつながりを持たない住民も多くいます。「小さな困りごとでも相談できる

文京区ならではの地域・住民事情

文京区は区内でも高所得者層が多く、住民は経済的に恵まれていると思われがちですが、そのため逆に、生活に困っていてもSOSが出しづらいという側面があります。「親の職業が医師や弁護士、大学教授などの家庭も多く、子どもは中学受験や塾に通うことが当たり前。そのため学習支援の取り組みについて『なぜ？』との声も出されるのですが、周囲がそういう状況なので、経済的に塾に通う

います」と語ります。

お互いの顔が見える地域に

今は、子育てのちょっとした悩みを話せる場もなく、孤立している若いお母さんが珍しくありません。「なかなか歩くようにならない」とお姑さんに言われて気にしていたママが、ここで「個人差があるから大丈夫よ」と言ってもらえてホッとしたと言っていたことがあります」と船崎さん。

問題などの情報も集まります。ここでの何気ないおしゃべりから、ゴミ屋敷の発見につながったケースもあるそうです。

「知らない子どもにも大人が声をかけると通報されかねない時代だけれど、人の顔が見える地域になれば、犯罪の防止にもつながるし、安心して暮らせる町になるよね」と秋元さんは話します。

失われつつあった地域コミュニティが再生してきている手応えを、秋元さんたちは、確かに感じています。

住民の活動も応援するのが仕事



町会のイベントに参加する井上さん（左）

場や、見守り・支えあいの機能を持つ居場所づくりが必要だと考えています」と井上さん。

そんな社協と駒込地区の町会長たちの思いが結実したのが「こまじいのうち」です。

CASE
03

地域と密接につながる赤十字活動

人が支えあう安全、安心な 地域社会に向けて

赤十字の活動は地域を支え、
地域に支えられる

—— 赤十字活動と地域の接点は？

若松 ほほ、すべての活動が地域とつながっていると言えますが、避けて通れない「災害」を考えた時、地域とのかかわりは非常に強いものになります。防災・減災の普及を進める私のセクションでは、地域防災力の向上が重要な目的ですし、1人でも多くの人命を守り、救うためには、地域コミュニティの防災力を高めるとともに、地域において災害発生時の応急対応にあたるリーダー層の育成を進める必要があります。

森山 災害時に限らず、日頃からも救急法などの講習を通じて人命を救うための応急手当を普及していますし、なかでも「健康生活支援講習」は、国や自治体が中心となって進めている地域包括ケアシステムへの寄

動を通じて、地域住民の皆さまに安全・安心をお届けしたいと考えています。

「健康」や「防災」の
視点から地域に貢献

—— 地域に貢献したいという思いを、赤十字はどのように具体化しているのでしょうか？

若松 例えば、これまでの災害救護活動から得た教訓をもとに構築した防災・減災のノウハウを、わかりやすくお伝えするセミナーを開催しています。東日本大震災以降、継続的に実施していて、今では年間180回を超える規模になっています。とくに地域防災力の向上に力を注いでおり、自主防災組織向けのセミナーや、子どもたち自身が災害から命を守り、周りの人を救うことができるスキルを身につける学校向けのプログラムも積極的に展開しています。

森山 地域包括ケアシステムの課題は、担い手の確保。困っている人に手を貸したくても、知識と技術がなければできません。日本赤十字社が持つ最大のリソースである「人」＝ボランティアに活躍していただくことで、この課題をクリアできると考えています。実際に、地域の赤十字奉仕団員に健康生活支援講習のスキ



令和元年度優先配備品目の避難所用テント（ひなんルーム）

災害救援用資機材（地区配備）

首都直下地震等の大規模災害に備え、自治体と連携して各地域に配備している災害救援用資機材の品目を従来の4品目から12品目に拡充し、避難所生活における環境の改善を進めています。こうした資機材の調達にも、地域の皆さまからお寄せいただく活動資金が充てられています。



健康生活支援講習

「自身の健康を保つ知識」「地域における支えあい」「介護・エンディング・認知症」の3つの視点で構成され、健康増進と高齢者に起こりやすい事故の予防・手当て、地域での高齢者支援に役立つ基礎的知識・技術、日常生活の自立に向けた具体的な介護の知識と技術を身につけます。



赤十字防災セミナー

昨今、頻発する自然災害では、地域コミュニティにおける「自助」と「共助」の力を高めるための防災教育が極めて重要となっています。地域で災害が発生した場合に予想される被害や救助活動、避難生活などの課題を具体的にイメージしながら、命を守るさまざまな方法を地域に密着した形で学ぶセミナーです。



地域推進課 地域事業係

主事 **鳴原 美穂**

Miho Shigihara

関東甲信越ブロック血液センター勤務を経て2016年より東京都支部へ。活動資金募集業務を担当する傍ら、防災・減災に取り組む重要性について地域の皆さんへ伝えている。好きなことは食べること。最近のマイブームは美術館・博物館巡り。



健康安全課

主査 **森山 紀子**

Noriko Moriyama

看護師として武蔵野赤十字病院で多くの経験を積んだのち、2016年より東京都支部の講習普及業務を担当。健康生活支援講習の講師として同講習の普及に努めている。私生活ではピラティスでインナーマッスルを鍛え、健やかな生活を送ることを心がけている。



救護課 防災業務係

係長 **若松 大輔**

Daisuke Wakamatsu

東京都赤十字血液センターで献血推進業務に従事したのち、2011年に東京都支部へ。大地震や水害などの現場で救護活動を経験し、現在は防災業務の担当として防災・減災のノウハウの普及を担う。趣味はいろいろな動物カフェを巡って癒されること。

地域で暮らす人々の安全・安心な生活を守ることも、日本赤十字社の大切な任務の一つ。実際に現場の第一線で活動している東京都支部の職員3人に、それぞれの担当業務を通じた地域とのつながりについて聞きました。（聞き手・NT編集部）

与という意味においても、これからの時代に欠かせないものだと考えています。

国民の約4人に1人が65歳以上で、今後も高齢者が増加していく日本において、高齢者が住み慣れた地域で、いつまでも生き生きと自分らしく暮らしていくために、地域の人々が支えあうための知識と技術を身につけることのできる健康生活支援講習は、とても役立つと思います。

鳴原 地域推進課は、赤十字の活動資金へのご協力をお願いすることが主な仕事です。日本赤十字社の活動の源となる活動資金は、皆さまからお寄せいただくご寄付によって支えられています。つまり、地域の一人ひとりからいただいたご寄付が、赤十字を通じて国内外の多くの方々の命と健康を守ることにつながっているのです。そして、私たちは支えていただくだけではなく、赤十字の活

ルを身につけていただいています。地元住民でもある奉仕団員が地域のお年寄りをサポートすることは、まさに「地域の支えあい」であると言えます。

鳴原 日本赤十字社はこれまでの救護活動で数多くの避難所を目にしてきましたが、衛生環境やプライバシーの確保まではなかなか整備が進んでいない現状がありました。

そこで、今年度から地域に配備する資機材に、災害時に深刻な問題となるトイレや着替え、授乳等の際にプライバシーを確保できるテントなどを新たに8品目追加しました。日頃からご支援いただいている地域住民の皆さまに、いざという時に少しでも安全・安心に過ごしていただけるよう、自治体と連携しながら中長期的な整備を進めています。

若松 医療や献血なども含めて、赤十字活動と地域の関係はとても密接ですが、それらすべてに共通する私たちの原点は、「苦しんでいる人を救いたい」という思いです。誰もが安全・安心に暮らせる地域社会をつくるには、この思いが必要不可欠だと思っています。そして、この思いに基づいて行動する人の輪が、さらに大きくなっていくことを期待しています。



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)

病院にはさまざまな診療科があり、その診療科の中にも細分化された専門領域が存在しています。それは、それだけ多くの患者さんが存在していることの裏返しでもあります。

整形外科部長 大日方 嘉行 Yoshiyuki Ohikata



スポーツは身体に毒？

不調を感じたらスポーツ整形外科へ

整形外科にはスポーツ整形外科という分野があります。東京にも、あちらこちらにスポーツ整形外科を標榜した病院やクリニックがあると思います。

ということは、スポーツによる不調が原因で病院を受診する人が多いということなのでしょう。

「健康のため」の「はずが…」

スポーツは健康のために行うものではない？ 実は不健康なの？ という疑問をお持ちになる方もいるでしょう。事実、スポーツをまったくしていない15歳の男の子が、ひじや足の手術を受けることはあります。一生、痛みを引きずるような変形を起こすこともあります。

適度な運動が健康に良いことは周知の事実です。しかし、適度なジョギングならば良いのですが、もし、毎日40kmも走ったら身体のどこかに支障が出ます。すべてはやりすぎが原因なのです。適度な食事は身体にとって必要ですが、食べ過ぎは病気を引き起こすこと

と同じです。

「外傷」と「障害」の違い

スポーツによる痛みは大きく分けると外傷と障害に分かれます。同じような意味合いで捉えている方もいるかもしれませんが、この2つは全く別のものです。外傷というのは転んだりぶつかったりして受傷した骨折や捻挫のことです、いわゆるけがです。

障害というのは、同じ動作をくり返し行うことにより生じた腱の炎症や疲労骨折などのことで、罹病期間も長期となります。多くのスポーツ愛好家に問題を引き起こしているのは障害の方だと言えるでしょう。

外傷は多くの施設で対応することが可能ですが、障害は比較的专业性の高い分野となります。大森赤十字病院整形外科では、スポーツによる外傷・障害の手術加療、特に手や足の治療を多く行っています。保存療法は当院では対応できませんが、何か困ったことがあれば気軽にご相談ください。



整形外科スタッフ一同



Jリーグのチームドクターをしている大日方部長(右から2番目)

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)

武蔵野赤十字病院の産婦人科では、年間1200件近くのお産を扱っています。分娩数は、東京多摩地区で最多を誇ります。当院の産婦人科の魅力を紹介します。

産婦人科部長 梅澤 聡 Satoshi Umezawa



お産が楽しみになる病院

妊婦さんに寄り添う産婦人科

当院は総合病院のため、産婦人科についても「大きな産婦人科」というイメージを持たれる方が多いと思います。分娩数が多摩地区で最も多いことに加え、婦人科の手術件数も年間1500件にのびります。しかし、妊婦さんへの気づかいは細やかなものがあると自負しています。

安心のサポート体制

当院の産婦人科は、セミオープンシステムを採用しています。これは、妊婦健診は地域の開業医の先生にお願いして、分娩は武蔵野赤十字病院が担当するというものです。予約制をとっていても、患者数の多い当院では、どうしても待ち時間が長くなりがちです。毎回の妊婦健診は近所のクリニックでゆっくり診察してもらい、分娩は設備が整っていてスタッフも多い武蔵野赤十字病院で産めるとなれば、安心して妊婦生活を送ってもらえます。

助産師の数が多いのも当院の特徴です。新卒から経験豊富なベテ

ランまで約60人が在籍しています。妊婦健診は助産師中心に行っており、妊婦さんの生活上の悩みや腰痛といったトラブルの相談にのることで、妊娠やお産に対する不安の軽減に努めています。

ハイリスクの妊婦さんなどとはもちろん医師が診察しますが、経過が順調な方については、助産師が詳しく話を聞いて受け止めていく方が、妊娠経過にもプラスになります。最近はこのシステムをとる病院も珍しくありませんが、多摩地域では当院が初めて取り入れた手法です。

近年は高齢出産が増え、肉体的にも精神的にもリスクが高まっています。当院では、その点のサポート体制も整えています。今年6月からは、産後のお母さんの身体と心の回復、そして母乳育児支援を目的とした産後ケアサービス「アイルーム」も始めました。

お母さんたちにお産を楽しみにしてほしい——。安全・安心なお産をしてもらえるよう、スタッフたちは日々、奮闘しています。



ほかの科と連携して緊急帝王切開訓練を行っています



人気のプレおばあちゃん教室のようす

Hospital Referral



JRC KATSUSHIKA MATERNITY HOSPITAL

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)

夏休みまっただ中の8月、葛飾赤十字産院では職員の子どもたち（小学生対象）に「夏休み子ども職場見学会 2019」を開催しました。

「産院」ってどんなところ!?

夏休み子ども職場見学会

職員の子育て支援の一環として、平成25（2013）年から開催しているこのイベント。今年も8月9日に実施し、11人が参加。赤十字についての学習、防災ゲームや工作、産院内や血液センターの見学を通して、楽しみながらお父さん・お母さんの仕事にふれ、理解を深めてもらいました。

女性と子どもを守る仕事

産院見学ツアーでは、薬局、検査室、超音波室、レントゲン室、外来窓口、事務室などを見学しました。薬の分包や調剤をしたり、顕微鏡で血液を見たり、超音波検査で使うゼリーに触れたり、さまざまなことを体験しました。

病棟では、4日前に産まれた赤ちゃんに会わせてもらいました。「かわいいー!」「いま、なんで泣いたんだろー!? 赤ちゃんのママには理由が分かるの?」——くるくる変わる赤ちゃんの表情や動作にみんな釘づけ。分娩室や手術室など、ふだんなかなか見る機会がない場所も見学しました。

見学会の途中、働いているお父さん・お母さんを見つけると、子どもたちは、ほっとしたような恥ずかしいような表情。親の方は、照れくさくてそわそわ。ユニフォームを着たふだんと違う雰囲気のお父さん・お母さんに、子どもたちは何か感じてくれたでしょうか。

お昼は、患者さんと同じ病院食を親子一緒にいただき、午後は関東甲信越ブロック血液センターで献血について学習。献血ルームなどから集められた血液が検査・製造されていく過程を見学しました。

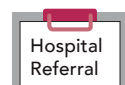
最後に書いたお父さん・お母さんへの手紙には、「お母さんの仕事はたいへんなんだとわかりました」というメッセージも。見学会を通して、赤十字には人を助ける目的があること、その一つとして産院があり、女性と子どもを守るためにお父さん・お母さんが昼夜問わず仕事をしていること、命の尊さや、自分で自分を守る意識……そうしたことが少しでも子どもたちに伝わることを願っています。



血液中の赤血球や白血球を顕微鏡で見せてもらいました



生まれたばかりの赤ちゃんにみんな興味津々





みんなの810

～献血に込められた思いを届けよう～

「献」

血活動に賛同してくださる皆さんと、輸血医療で懸命に病と闘っている患者さん。血液でつながっているけれど、血液だけでは届けられないその思い。イラストやメッセージで届けませんか？

akiba...F 献血ルームでは、「みんなの810」キャンペーンとして810枚のメッセージをいただくことを目標に募集し、集まった思いを患者さんに届けました。

予想を超える 温かいメッセージ

「提供した血液の行方はわかりませんが、どこかでどなたかの命をつないでくれていたらうれしいです」「あなたは決して1人ではありません。私たちがついていきます」「私の献血が、あなたが笑顔で過ごせる1日のエネルギーに変わりますように！」——患者さんの回復を願う心温まるメッセージや、カラフルなイラストなどが目標枚数をはるかに超えて集まりました。献血の血液には、「少しでも患者さんの

役に立ちたい」という思いが込められていることを改めて実感しました。

患者さんからも

「ありがとう」の手紙

入院中の患者さんにメッセージをご覧いただくことと、大森赤十字病院と武蔵野赤十字病院では、病院内にブースを設けて展示しました。多くの患者さんやご家族がメッセージ集をご覧になっていました。患者さんからもメッセージをお返ししたいとの声をいただき、展示ブースにメッセージボックスを設置。患者さんから献血者の方への「ありがとう」が詰まった手紙が多数寄せられました。

7月下旬には稲城市立病院で展示を行いました。日本赤十字社が多くの献血者からいただいた血液は、全国各地の病院へ届けられ、治療に活用されています。今後は、「みんなの810」キャンペーンを赤十字病院以外の医療機関でも展開し、献血に込められた温かい気持ちをつないでいきたいと思っています。



展示のようす（武蔵野赤十字病院）

核兵器のない未来をめざして

赤十字のユースアクションフォーラム



1954年にアメリカが太平洋のマーシャル諸島・ビキニ環礁で行った水爆実験は、広島に投下された原爆のおよそ1000倍もの爆発力がありました。爆心地から約160km離れた地点で操業していた日本のマグロ漁船（第五福竜丸）は、いわゆる「死の灰」を

若者が核廃絶について
学び、議論する場

分たちに何ができるのか、活発な議論を交わしました。



私自身も甲状腺のがんを患いながら生きています。核兵器廃絶に向けた取り組みを行う仲間に会えたことに、とても感謝しています。私1人の力では変えられない、皆さんの力が必要です」と涙を流しながら語りました。

今を生きる私たちの役割とは何でしょうか。赤十字はこれからも核のない未来を希求し、世界と共に歩みを進めていきます。

の両親は核実験の被爆者で、実験の被爆者です。「私



マーシャル諸島赤十字社ボランティアのディアさん



第五福竜丸の展示 © 公益財団法人第五福竜丸平和協会

1945

年8月、世界で初めて原爆が広島と長崎に投下され、70年以上たった今も苦しみ続けている人が大勢います。そして、世界にはいまだに約1万5000発の核弾頭が存在しています。

日本赤十字社は、核兵器のない世界に向けて特に、次の世代を担う世界の若者一人ひとりが一歩を踏み出してほしいという願いを込めて、7月1日、3日、広島市内で「核兵器廃絶に向けたユースアクションフォーラム」を開催しました。参加者は広島市内の史跡をめぐり、被爆者の体験談を聴き、広島で活動する関連団体と交流するとともに、自分たちに何ができるのか、活発な議論を交わしました。

浴びて被爆し、大きな社会問題となりました。また、現地の島民も、被爆したにも関わらず補償や治療を受けられず、長期にわたり置き去りにされてきました。フォーラムに参加した赤十字ユースボランティアたち（日本を含む世界12か国から参加）は、被爆国が日本だけでないことを知りました。

フォーラムの中でとりわけ彼らの胸に深く刻まれたのは、被爆者の証言でした。参加者の1人、マーシャル諸島赤十字社（2017年に191社目の赤十字社として赤十字国際委員会により承認された、世界で最も新しい赤十字社）のディアさんは、家族が核実験の被爆者です。「私

武蔵野赤十字保育園

夏祭りに向けて みんなで盆踊りの練習



元気に
ジャンプ！



久しぶりに
踊れるかな？

長 かった梅雨が明け、ようやくやって来た夏。武蔵野赤十字保育園でも、水遊びやとうもろこしの皮むきなど、夏にしかできない体験を楽しみました。

なかでも子どもたちが楽しみにしている夏祭り。お祭りに向けて毎年、盆踊りの練習にも余念がありません。3歳クラス、4歳クラス、5歳クラスの子どもたちが炭坑節やドラえもん音頭、月夜のボンチャラリンで盆踊りを披露します。

1歳児たちも興味津々

昨年も踊っている曲なので、最初は手探りだった子どもたちも少しずつ思い出してきたようで、楽しそうに踊ります。音楽がかかると、さっと踊りだす子も！

見学に来ていた1歳クラスの子どもたちはお兄さん、お姉さんたちの踊りを見て、見よう見まねで踊ってみたりと、興味津々です。みんな、本番で上手に踊れるようにしっかり練習していました。

盆踊りの練習におみこしづくりにと忙しい子どもたちですが、夏の行事を成功させようと、暑さにも負けず、一丸となって準備をしていました。

赤十字子供の家

夏休みは楽しい イベントが盛りだくさん！



暑い夏、子どもたちにとっては楽しいイベントが盛りだくさんの時期です。赤十字子供の家では、3か所の幼稚園を利用しています。地域の子どもたちと同様、子供の家から幼稚園へ通い、同年齢の集団の中で製作やリトミック、体操、遊びなど多くのことを体験し、一回りも二回りも大きく成長していきます。

なつまつりは浴衣&甚平で

夏休み中に、2か所の幼稚園でなつまつりが開催されました。普段とは異なり、浴衣・甚平を着て、おすまし顔で参加する子どもたち。夕方の外出にもドキドキ、ウキウキ、ワクワクしながら向かいましたが、お友達と会った途端、いつもの元気な様子に。ゲームや盆踊り、花火をして、楽しい時間を過ごしました。

夏はこのほかにも、海水浴やキャンプ、プール、園のなつまつりとイベントが盛りだくさん。ボランティアの皆さんの協力も得ながら実施しています。子どもたちを支えてくださる周囲の方々への感謝の気持ちも、忘れずにいたいと思います。



色とりどりの
浴衣で盆踊り♪



お祭り会場で
ゲームに夢中！

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)

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



献血ルーム 吉祥寺タキオン



🕒 受付時間

- ▶ **成分献血**
10:00~12:00 / 14:00~17:00
※土日祝日は昼中断なし。
※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**
10:00~12:45 / 14:00~17:45
※土日祝日は昼中断なし。

☎ 電話

0422-21-9000 12月31日・1月1日

📍 場所

〒180-0004
東京都武蔵野市吉祥寺本町1-15-2
ダイヤバローレビル8階（JR吉祥寺駅 北口 徒歩1分）

設置(配布)協力者を募集します!

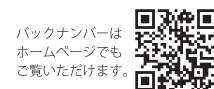
日赤東京都支部広報誌『NT』を会社や店舗などに設置、またはご友人など周りの方に配布していただける方を募集しています。

詳しくは
☎ 03-5273-6747まで
(総務部企画課直通)



NT
NISSEKI TOKYO

Vol.23
2019年10月発行



バックナンバーは
ホームページでも
ご覧いただけます。

■発行・編集・デザイン／日本赤十字社東京都支部
〒169-8540 東京都新宿区大久保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。



青少年赤十字は

私のライフワークです

小川 忠彦さん（全国青少年赤十字賛助奉仕団協議会顧問／
東京都日赤紺綬有功会副会長）

私 は教員時代から青少年赤十字（JRC）一筋ですが、実

は出会いは中学1年生の時。担任の先生が、青少年赤十字の歌「空は世界へ」を教えてください、クラスの皆で歌ったことをいまでも覚えています。

教員になって最初に赴任した荒川区立荒川第一中学校でJRCに再会しました。赴任してきたら、ちよと登録式をやっていて、「空は世界へ」が聞こえてきたのです。校長先生がとても熱心で、JRC活動は生徒の健全育成に最もふさわしいとの信念をお持ちでした。私もその信念に習い、以来ずっと、JRC指導者として赤十字の理念を生徒たちに教えてきました。

JRCの実践目標である「健康・安全」「奉仕」「国際理解・親善」は、まさに生徒に身につけてほしいこと。態度目標の「気づき・考え・実行する」は、青少年に限ら



赤十字の理念に共感し、その誕生の地・ソルフェリーノを4回も訪れたという



この夏のトレセンで、生徒たちに赤十字の理念や成り立ちについて講話

ず、すべての人に必要なことだと思います。

わんぱくな子でも、赤十字の話をするとうなずきます。とりわけ、トレセン（リーダーシップの育成を目的とした宿泊型研修）に参加した子どもは、本当に成長が著しい。親御さんから、「先生、どんな魔法をかけたんですか？」と聞かれたことがあるほどです（笑）。

学校教育に根づいたJRCを普及していくには、赤十字の理念に共感してくれる先生を増やさなければなりません。そこに少しでも貢献しようと、退職した教員たちが中心となって平成11（1999）年、東京都青少年赤十字賛助奉仕団を結成しました。日頃から団員が一丸となって、JRC活動や防災教育の普及に力を入れています。最近では現役の先生方も忙しく、赤十字の研修に参加していただくことも難しいのですが、賛助奉仕団の活動が少しでも教育現場の役に立てればと思っています。

教員を退職した現在も、赤十字は私の生きがいで、賛助奉仕団の活動が励みになっています。今後は、後輩の先生たちが次の世代を育てていくことを願っています。

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		品川合同葬祭(株)	10万円	鈴木不動産	20万円
(株)朝日写真ニュース社	30万円	●目黒区		中里建設(株)	20万円
(株)エムエルシー西銀座営業部	29万2,483円	日野 儀光	50万円	(有)タミヨ窓建	10万円
(一財)大妻コタカ記念会	10万円	●大田区		●葛飾区	
サンベック(株)	10万円	戎井 利郎	10万円	石川 良夫	10万円
(株)谷口楽器	10万円	白井 芳子	10万円	石川生コン(株)	30万円
日軽エムシーアルミ(株)	10万円	(一社)大森倶楽部	100万円	●江戸川区	
日本ノーデン(株)	10万円	(株)三功工業所	100万円	宮原 明	10万円
(株)ノタック	10万円	●世田谷区		東京デザインハウス(株)	50万円
●中央区		寛 千づる	30万円	(医社)明石皮膚科	20万円
大塚 博史	501万円	中島 令一	10万円	●八王子市	
梶原 幹雄	10万円	みその商事(株)	10万円	八木 幸子	10万円
日本カーボン(株)	10万円	●渋谷区		●青梅市	
弥生興行(株)	10万円	ジャパンセラミックス(株)	10万円	片山 宗弘	50万円
●港区		(宗)世界平和統一家庭連合	10万円	片山 恵利	50万円
(株)ジェイビーホンダエージェンシス	200万円	矢崎不動産オフィス(株)	10万円	●調布市	
イーパートナーズ(株)	30万円	●中野区		ユウキ食品(株)	40万円
(株)フィッツコーポレーション	30万円	成茂 フヨ	1000万円	ユウキフーズシステム(株)	30万円
エム・エスジंक(株)	10万円	大谷 昌義	25万5,000円	●町田市	
(株)東信電機製作所	10万円	友安 正和	10万円	加藤 信男	10万円
(一社)日本血液製剤機構	10万円	●杉並区		西尾 恵美子	10万円
日本フレーバー工業(株)	10万円	齋藤 隆	50万円	(株)ユニティックス	100万円
ミツワシステムズ(株)	10万円	岡部 好延	10万円	(株)ソルシステムズ	50万円
●新宿区		人仁の会	113万5,819円	●小金井市	
(株)アイザワビルサービス	71万円	(有)多田美波研究所	10万円	阿美 澄枝	10万円
京商プロパティ(株)	23万円	(株)ユニワールド 代表 小谷 勝博	10万円	吉崎 正信	10万円
(株)STAYERホールディングス	20万円	●豊島区		●日野市	
●文京区		佐伯 弘子	20万円	遠藤 和子	100万円
根津 博俊	10万円	住友機材(株)	30万円	●国分寺市	
(株)ティー・シー・エス	25万円	6etアプリ(株)	10万円	中央システム技研(株)	30万円
(株)加藤萬製作所	20万円	新興電機(株)	10万円	●狛江市	
●台東区		メルスモン製薬(株)	10万円	高木 和江	20万円
光正不動産	10万円	●荒川区		●清瀬市	
●墨田区		根津鋼材(株)	100万円	(株)アーダブレーション	10万円
武田 紀久江	20万円	(株)トリガ	25万円	コーヒーハウスるぽ 森尻 安夫	10万円
アサヒ飲料(株)	10万円	ENJOYピラティス	20万円	●多摩市	
●江東区		匿名	20万円	田口 久志	100万円
北島 松太郎	30万円	(株)美箔ワタナベ	10万円	柚木 ミエ子	10万円
坂元 左	10万円	●板橋区		インターナショナルフーズ(株)	10万円
(一財)東京都営交通協力会	100万円	(医社)櫻美会 石川医院	20万円	●西東京市	
東京都中央卸売市場豊洲市場福祉報徳会	100万円	●練馬区		折元 和子	500万円
(株)ニューグリーン	10万円	内田 正弘	10万円	●千葉県	
●品川区		オリエント通信社(株)	20万円	(株)ドリームワン	10万円
菅野 鴻三	10万円	(株)野島電工	10万円	●神奈川県	
藤田 公子	10万円	●足立区		高 規碩	20万円
(株)学研メディカル秀潤社	10万9,634円	小川 忠彦	10万円		

(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

コインケース
ダイアナ株式会社

素材：牛革、原産国：日本。6.8cm×6.8cm
のコインケースです。チョコ、カーキ、
ブロンズのうちいずれか1つ。(色は
選べません)

B.



6名様

フェイスタオル「サラッとドライ」
株式会社アスカ

販売累計200万枚以上の大人気タオル。
吸収速乾性、携帯性、耐久性に優れた
柔らかい風合いのタオルです。光触媒
加工の抗菌消臭効果も。

C.



10名様

「平成の災害と赤十字」展 特別図録
日本赤十字社東京都支部

2～3月に開催した平成の30年間の災害
と赤十字活動を振り返る企画展。そこ
での展示資料や上皇上皇后両陛下の
被災地お見舞いの様子を納めた特別
図録です。(非売品)

▼ メールからのご応募限定 ▼

D.



370g
24本入り
5名様

「はたらくアタマに」抹茶ラテボトル缶
アサヒ飲料株式会社

抹茶の深みと、さらりと飲めるやさしい
甘さのラテの味わいが、働く大人の
午後のひといきにオススメです。

E.



190ml
24本入り
3名様

レッドブル
東京キリンビバレッジサービス株式会社

レッドブルは、トップアスリート、多忙な
プロフェッショナル、アクティブな学生、
ロングドライブをする方など、世界中で
評価をいただいています。

F.



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郵便番号 ②住所 ③お名前、フリガナ ④年齢 ⑤性別 ⑥メール
アドレス ⑦希望するプレゼント番号 ⑧本誌入手場所 ⑨本誌で
良かった記事 ⑩本誌の感想(100字程度)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11月30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(住所)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.22)



特集「人をおもい、未来をつくる」で、若者が良き社会をめざして活動
している事を知り、感心しました。自分も献血以外にも世のため、
人のためにできる事は何かないかを考えるきっかけになりました。
埼玉県・35歳・男性(新宿東口駅前献血ルーム)

若者たちの希望あふれる思いの記事を読んで、日本の未来も明るい
のではと思いました。そういう人たちの輪が広がりますようお願い
します。暗いニュースの中、ほっとしました。 東京都・82歳・女性(郵送)

渋谷で献血をした際にNTを頂き、読ませてもらいました。自分が
知らない場所でいろいろな方々がより良い社会をつくるために
動いていることや、自分が何気なく募金したお金がどのように
使われたのか等を知り、自分も何か社会に貢献できるようにな
りたいと思いました。私は学生なので金銭的な貢献はでき
ませんが、献血やボランティア活動で貢献することはできます。
自分ができることをひとつでも行動に移し、誰かの力になり
たいです。 東京都・18歳・女性(ハチ公前献血ルーム)

バックナンバーはこちら ▶ <http://www.tokyo.jrc.or.jp/kohoshi/>

※()はNTの入手場所

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します。

これが赤十字のジミチです。

日本赤十字社東京都支部では、未曾有の被害が予想されている首都直下地震等の大規模災害に備え、これまでの各地域への災害救援用資機材を従来の4品目から12品目に拡充し、予算規模も既存の約4倍に増やすこととしました。

今後は自治体の防災部門と連携しながら、状況に応じて中長期的な整備を進めてまいります。

お寄せいただいた寄付金によって、次のような災害救援用資機材を各地域に配備することができます。
災害から多くの「いのち」を守るために、何卒ご協力をお願いいたします。

プライベートルーム

50,000円



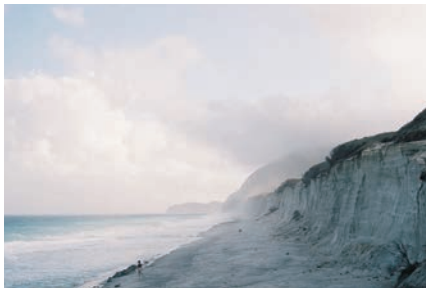
避難所内でプライベート空間を確保することができ、入口部が二重構造のため安心して着替えや授乳等に使用できる。車いすに乗った状態でも出入りが可能。窓は使用目的に応じて内側から自由に開閉できる。

エアーストレッチャー

200,000円



けが人や徒歩での段差の昇降が難しい方を、布で包み込み安全ベルトで固定して搬送する。エアーアクションが衝撃を吸収するため、どんな所でも引っ張って搬送でき、バルブを締めれば浮き具としても活用可能。搬送後は寝具としても使用できる。



Rediscovery TOKYO

東京を、再発見しよう

+ 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16回

新島

新島を訪れた10月上旬、高をくくっていた我々を迎えたのは容赦ない日射しだった。

新島は都内から南へ160 km、緯度にして1度20分ほどしか違わないが、夏の喧噪が過ぎたこの時期でも力強い陽光やため息がもれそうな海の色を堪能できる。抗火石と呼ばれる流紋岩が多いために、集落の路地や海岸の砂が光をキラキラと反射して美しい。

驚いたのは、集落の中にある墓地を訪れた時。白砂が敷き詰められ、いつ訪れても島の人たちの手で掃き清められていた。それは、その一隅にある流人墓地のエリアも変わらない。

江戸時代から約200年間、新島には本土から1333人の流刑囚が流されてきたという。この島で最期を迎えた者たちの墓を、今に至るまで島の人々が手厚く守り続けていることが、その美しい白砂から見てとれた。

新島への旅の記憶は、美しい自然や豊かな海の幸はもとより、掃き清められた墓地の白い砂と共にひとときわ鮮やかに蘇ってくる。

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6回は健康生活支援講習支援員の資格を持つ職員が、健康寿命をのばす
ポイントをお届けします。

職員
通信
Vol.6

生活不活発病を予防して、
健康寿命をのばそう！

現

在の日本は、国民の4人
に1人が高齢者という
超高齢社会。一方で、元氣な高齢
者も増え、社会を支える貴重な
マンパワーとして地域活動への
参加などが期待されています。

皆さんは、どのように年を重ね
たいと考えていますか。

健康寿命とは、健康上の問題
がない状態で日常生活を送れる
期間のこと。その健康寿命を妨
げるのが「生活不活発病」です。
病気やけが、災害、社会参加の
減少などをきっかけに、心身の
機能が低下することをいい、
「動きにくい」ために動きたく
なくなり、そのまま「動かない」
でいると「動けなくなる」という
悪循環に陥る危険があります。
誰もが迎える高齢期を健やか
に過ごすためには、早期の予防
が大切です。

予防ポイント

☑ 早期発見・早期解決を心がける

1年前と比べて、外出の頻度や体を動かす
機会が減少していないか確認する。

☑ 口の健康を保つ

食事や会話に支障をきたすと、人との付
きあいが億劫になりやすいので、歯磨き
や舌の手入れを心がける。

☑ 低栄養に気をつける

免疫機能を高め、筋肉や内臓の衰えを
防ぐため、バランスのとれた食事を摂る。



☑ 必要以上の手助けを避ける

車いすなどの使用は慎重に検討する。

☑ 地域での役割を担う

地域社会や避難所の中で役割を持つ
ことで、生きがいのある生活を送る。

出典：赤十字健康生活支援講習教本

今回、お届けしたのは…

日本赤十字社東京都支部地域推進課

篠崎 久宮子 しのざき くみこ

「自身の家族のため、また地域社会の一員として、高齢者支援について学び
たい」との思いから、2018年に健康生活支援講習支援員の資格を取る。
救急法指導員としても、減災セミナー等で住民同士の助けあい（＝共助）の
重要性を伝えている。「健康生活支援講習は、自分事として地域福祉を考える
良い機会になります。皆さんにもぜひ受講をおすすめします！」

健康生活支援講習のお申込みはこちらから！

