

NIT

NISSEKI TOKYO

2021
Winter
Vol.28

特集

血液の
不思議。

Contents

vol.28
Winter

- 04 東日本大震災から10年
- 06 れっどくろす News&Topics
- 08 **特集**
血液の不思議。
- 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 福祉施設 NEWS
赤十字子供の家／武蔵野赤十字保育園
- 22 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.22 献血ルーム新宿ギフト編—
- 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
- 29 新型コロナウイルス感染症 最前線の医療現場から皆さまへ
- 30 Rediscovery TOKYO —第21回 大國魂神社—



短時間で安全に学べる



赤十字救急法・幼児安全法等

オンライン 講習

● ONLINE
TRAINING
SESSION ●

日本赤十字社は、「人道」という赤十字の使命に基づき、救急法などの講習を実施し、生命と健康を守るための具体的な知識と技術を普及しています。新型コロナウイルスの影響により対面での講習受講はまだ不安・・・と考えていらっしゃる方や団体にぜひ受講していただきたい講習が「オンライン講習」です。

直近でご受講いただけるオンライン講習(個人参加)

救急法 心肺蘇生・AEDコース

1月16日(土)
14:00～15:00

2月8日(月)
14:00～15:00

3月11日(木)
14:00～15:00

1月22日(金)
14:00～15:00

2月20日(土)
14:00～15:00

3月27日(土)
14:00～15:00

幼児安全法 乳児コース・幼児コース (一次救命処置)

乳児 **1月16日(土)**
9:00～10:00

幼児 **2月20日(土)**
9:00～10:00

乳児 **3月27日(土)**
9:00～10:00

幼児 **1月16日(土)**
11:00～12:00

乳児 **2月20日(土)**
11:00～12:00

幼児 **3月27日(土)**
11:00～12:00

企業・団体での開催も受け付けています。

各回にお申込期限や定員などがございます。

開催日程等の情報はHP上で随時更新しています。

詳しくはQRコードまたはインターネット検索から



日赤 東京 オンライン



10年 — Since 2011.3.11

あの日から日本に暮らす私たちはそれぞれの思いを胸に生きてきた。

この10年で復興が進んだ街もあれば時間が止まったままの場所もある。

この10年の間にも各地で大規模な災害が起きた。

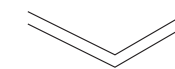
そのたびに私たちは過去の教訓を生かさなければという思いを強めた。

10年経ったという事実は、あくまで時の流れの節目でしかないかもしれないが、

これを機に私たちはもっと強くなれるのではないだろうか。

私たちはこれからも過去から学び、「忘れないこと」を力にして未来を守っていく。

故郷の町が被災した赤十字職員の思い、
そして、その後彼が起こした行動とは？



動画「東日本大震災と赤十字の防災教育」



日赤 東京 YouTube

検索



▶ YouTube動画へ

発災から2日後に被災地に入った日赤本社の職員

故郷の町が燃えていた。

目の前で燃えているのは高校時代によく遊びに行っていた友人の家だった。

津波にのまれた小学校に残された泥をかぶったランドセルを見て、

「自分は何をしなければならないのか？ 何を残し、何を伝えるべきなのか？」

その思いだけが強く心に残った。

挑戦の秋！JRC ワークショップ× チャレンジ



ワークショップ事例「落ち葉アートを福祉施設へ寄付しよう!」

東京都支部は、2020年秋、青少年赤十字（JRC）の高校生メンバーを対象としたイベント『JRC ワークショップ× チャレンジ』（通称：ワーチャレ）を開催しました。

事前にオンラインセミナーを行い、JRCの態度目標である「気づき・考え・実行する」を

実践するため、それぞれが企画・立案するワークショップにチャレンジ。学校や地域の身近な問題に気づき、自分たちにできることを考え、実行することで、問題解決のプロセスを習得することを目指します。11月21日の成果発表もオンラインで行われ、地域清掃活動やオンラインでの福祉施設訪問等の取り組みについて発表がありました。

今、それぞれができることに、これからも挑戦し続けてくれることを期待しています。



発表会は90秒動画形式で実施

青少年赤十字と
青年学生赤十字奉仕団が交流

青学奉によるレクロス広尾での活動の紹介

18～30歳の社会人や学生などで組織する東京都青年学生赤十字奉仕団協議会は2020年11月28日、青少年赤十字（JRC）加盟校の高校生メンバーと青年学生赤十字奉仕団（青学奉）の交流イベント「cross project」を実施。活動報告や共同の企画書作りなどを通して交流を図りました。参加したJRCメンバーからは、「大学生と話せてとてもいい経験になった」との声が上がりました。

東京2020大会に備え
オンライン救急救命講座で講義オンラインで心肺蘇生の実技をレクチャーしているようす
（提供：一般財団法人日本財団ボランティアサポートセンター）

東京都支部は2020年10月、一般財団法人日本財団ボランティアサポートセンター主催で行われた「東京2020大会の都市ボランティア」や「東京2020大会スポンサー企業に所属する大会ボランティア」を対象にした「コロナ禍における救急救命講座」に講師として参加しました。講座はオンラインで行われ、東京都をはじめ全国11自治体の都市ボランティア約150人が参加。心肺蘇生やAEDの使用方法などを学びました。

コロナ禍における災害に備えて 東京都・北区合同総合防災訓練

東京都支部は2020年11月22日、東京都が都内自治体と合同で毎年実施する総合防災訓練に参加しました。今回は北区で実施され、マグニチュード7.3の首都直下地震が発生した前提で、コロナ禍における震災を想定した実践的な訓練となりました。

葛飾赤十字産院の医療救護班が参加した



北区赤十字奉仕団による展示・体験訓練



医療救護活動訓練でトリアージをしているようす

医療救護活動訓練では、発熱の有無により処置エリアを分けて実施するなどコロナ禍における救護活動の安全性を確認する重要な訓練となりました。

東京都支部からは職員のほか、北区赤十字奉仕団が参加。感染症対策を徹底しながらの非常食の実演や配布、広報活動などに協力いただきました。

子どもたちが芋掘り体験
武蔵野赤十字保育園

武蔵野赤十字保育園は2020年10月20日、武蔵野市内の畑に芋掘りに行きました。毎年の恒例行事で、今年は4歳と5歳のクラスが、自分の分と保育園で待っている0歳から3歳さんの分のお芋を掘りました。自分の顔くらいの大きさのお芋を「大きいのとれたよー!!」と見せ合いっこ。大きいお芋をリュックに入れて園に帰り、洗っておやつにしてみました。自分で掘ったお芋、美味しかったね!



こんなにたくさんとれたよ!

中学生が防災CMを作成 JRC加盟校・目黒星美学園の取り組み



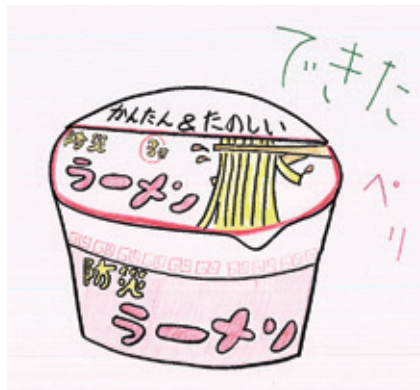
イケメンを登場させるなど中学生らしい工夫を凝らしたCM

JRC加盟校の目黒星美学園では「未来の命を救うボランティア」と位置づけて、防災活動に取り組んでいます。その中で、東京都公園協会の防災啓発動画に協力し、中学1年生が「防災CMづくり」に取り組みました。災害時のトイレ問題や在宅避難など、5つのテーマでCMを作成。見た人が前向きな気持ちで防災に取り組んでくれるようなCMを目指し

ました。

活動を通じて、生徒自身の防災意識も高まりました。あわせて岩手県釜石市の方にオンラインでお話を伺い、日頃からの防災活動の大切さを学びました。

防災啓発動画は2月ごろ完成し、順次近隣町会などに動画DVDが配付されます。



カップラーメンを用いて防災の大切さを伝えるCM

赤十字防災セミナーを実施 目黒区赤十字奉仕団

東京都支部は2020年11月17日、目黒区赤十字奉仕団第八分団員の方々を対象に防災セミナーを実施しました。コロナ禍における赤十字活動について講義をした後、今だからこそ備えたい防災について解説。防災に関する知識を習得し、コロナ禍の今だからこそ災害への備えの重要性を再認識する機会となりました。最後に、コロナ対応最前線の医療現場である武蔵野赤十字病院の活動を紹介。セミナーを通して奉仕団活動の意欲向上にもつながりました。



日赤の新型コロナウイルスへの対応について説明

赤十字防災セミナーのご案内

災害大国を生き抜くための知識と技術を身につけよう!

防災セミナーでは、皆さまが大規模災害に対する減災対策を進められるよう、分かりやすいスライドを使った講演と、災害時に役立つ実技をセットで学びます。

防災基礎コース

「自助」と「共助」の力をたかめるため、災害への備えの基本を短時間でしっかり学びます。

地域共助コースA

町会、自治会、自主防災組織等の、地域に根差した団体を対象に、減災対策と共助の強化を学びます。

地域共助コースB

自然災害への備えについて時間をかけて学び、グループワークを通して地域のリーダーを育成します。

申し込み
方法

セミナー開催予定日の2カ月前までに、日赤東京都支部のホームページまたは電話、メールにてお申し込みください。当セミナーは無料で参加できますが、開催にかかる費用は皆さまからお寄せいただく寄付で賄われています。

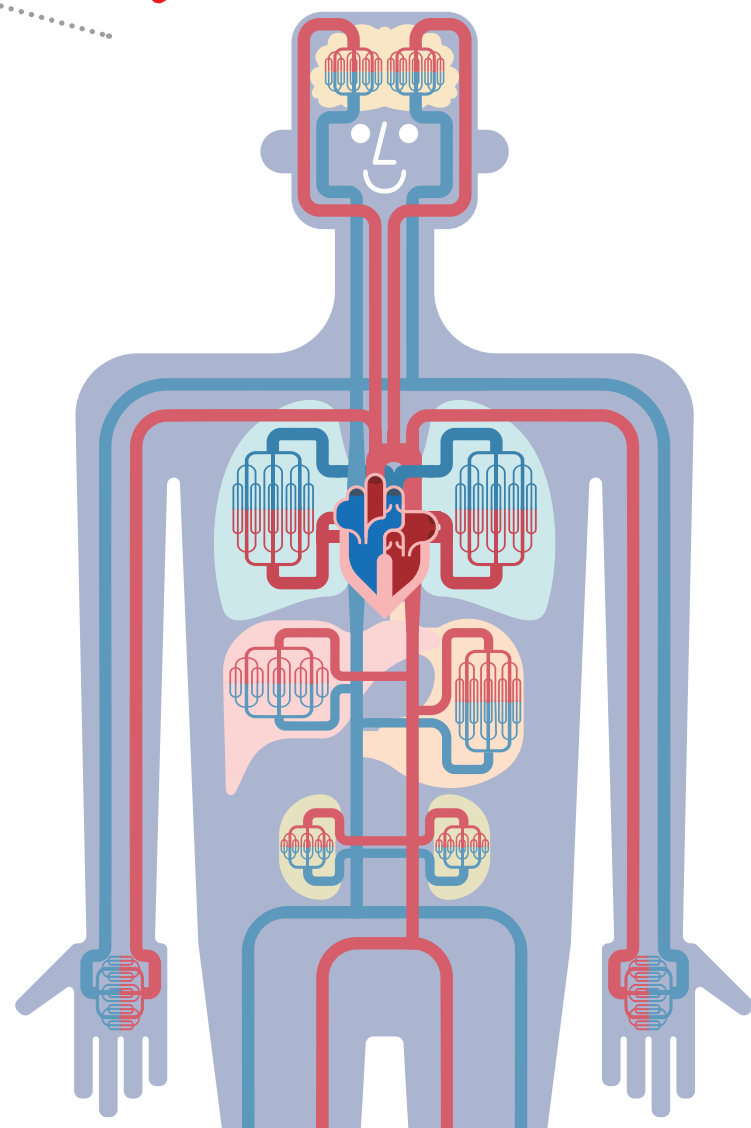
〈セミナーの詳しいご案内やお問い合わせ、申し込みはこちら〉

救護課 防災業務係

TEL：03-5273-6744 メール：seminar@tokyo.jrc.or.jp
ホームページ <https://www.tokyo.jrc.or.jp/saigai/plan.html>



The wonder of
blood!



特集

血液の不思議。

人間の体に流れる血液。

大切なものだとわかっている。

でも、その働きぶりは意外と知られていない。

そして、病気やけがなどで必要となる輸血や、

それを支える献血。

不思議とも思える血液のこと。

さあ、改めて基本をおさらいしましょう。

Column

血管の豆知識

血管の長さは、
何kmあるでしょう？

答えは、なんと約10万km！私たちの体の中に張り巡らされた血管を、もし1本につなぐことができたなら、地球2周半ほどの長さになると言われています。その血管には1分間に5リットルもの血液が心臓から送り出され、約20秒というスピードで全身を駆け巡っています。

血管の種類と役割

血管には動脈、静脈、毛細血管の3種類があります。動脈は、酸素や心臓から出た栄養分のある血液を全身に運ぶ役目があります。静脈は、毛細血管から発生した静脈血を心臓に戻す血管。静脈弁と呼ばれる弁で血液の逆流を防いでいます。毛細血管は、直径が100分の1ミリという細さ。動脈と静脈の末端にある網の目状になった血管のことです。血液中の赤血球から臓器に酸素を渡し、逆に二酸化炭素や老廃物を受け取っています。

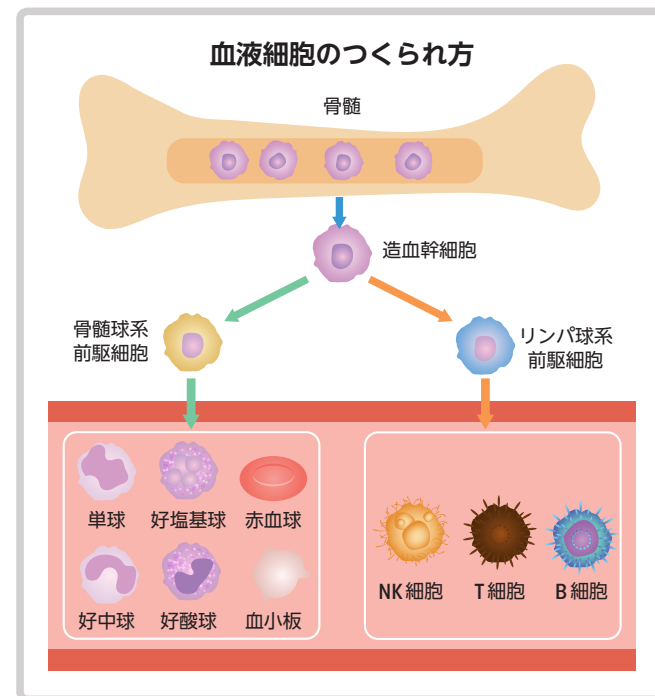
体内の物流システム

血管は、体に必要なものを運ぶ、いわば“物流システム”。動脈は生活物資を運ぶ物流業者、毛細血管は各家庭に荷物を届ける宅配業者、静脈は各家庭から出たゴミを回収するごみ収集業者といえます。血管と血液が24時間365日休むことなく働いているからこそ、私たちの生体活動は維持されているのです。

【出典、参考資料】
・日本赤十字社『けんけつを知ってもらうBOOK』
・みんなのどうぶつ病気大百科
https://www.anicom-sompo.co.jp/doubutsu_pedia/node/1414
・『からだの正常／異常ガイドブック』（医学芸術社）
・日本赤十字社医療センター情報誌『Tea Time』Vol.68

Q 血液は体内でどうやって
つくられているの？

A 血液は骨髄でつくり出されます。骨髄とは、骨の中心部にあるやわらかい組織のこと。造血を行う赤色骨髄には、血液細胞の元になる幹細胞（造血幹細胞）があります。造血幹細胞は赤血球、白血球、血小板など、すべての血球の元になる細胞です。骨髄の幹細胞に異常が起きますと、再生不良性貧血や白血病などの病気になってしまいます。



Q 体の中にある血液の量って、
どれくらい？

A 体内の血液量は、体重の約13分の1と言われている。体重50kgで約3.8リットル。1リットルペットボトル約4本分の血液が流れていることになります。



そもそも「血」ってナンダ!?

～血液の基礎知識～

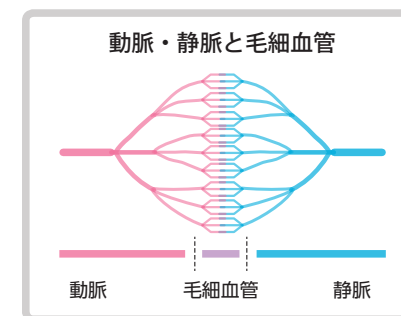
日本赤十字社では国民の皆さんに献血へのご協力を呼びかけています。でも、そもそも「血」って何でできていて、なぜ人間の体に必要なのでしょう？血液にまつわる素朴な疑問にお答えします。

Q 血液はなぜ人間の体に必要なの？

A 人間や動物が体を動かすには、食べた物をエネルギーに変えなくてはならず、そのためには酸素が必要です。血液は酸素や栄養分を体中に運んでいます。そして、体内でエネルギーをつくる際に発生する二酸化炭素を排出するのも血液の仕事。体内に侵入してきた細菌やウイルスを退治してくれるのも血液です。

Q 血液は、どんな風に体の中を
巡っているの？

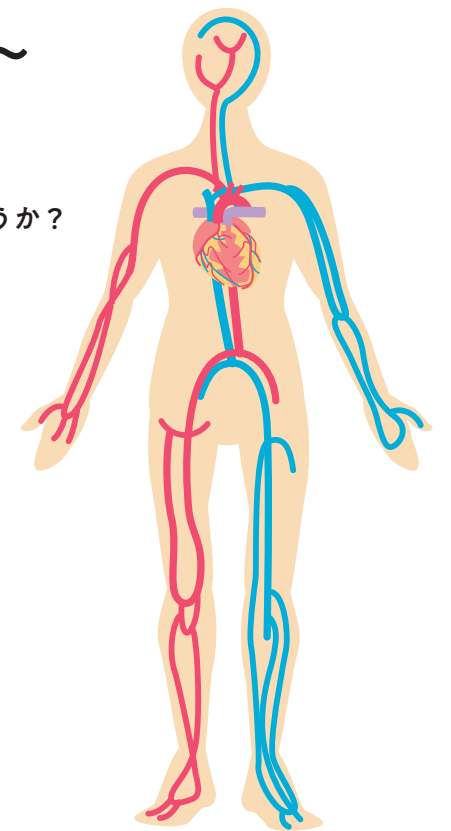
A 血液は生命活動のために必要な酸素、栄養素、ホルモンなどを細胞や組織に運び、再び元に戻ってきます。これを「循環」と言います。循環には体循環と肺循環の2つの経路があります。血液はまず、心臓から大動脈に送り出され、大動脈は枝分かれを繰り返して次第に細くなり、最終的には毛細血管になります。そこで酸素や栄養を細胞に渡し、燃えカスである二酸化炭素や老廃物を積み込んだ毛細血管は、まとまりながら次第に太い血管（静脈）になり、心臓へと戻って行きます。これが体循環です。



全身を巡ってきた血液（静脈血）は、肺で二酸化炭素を体外に排出し、酸素を受け取ると動脈血へと生まれ変わります。これが肺循環です。

Q 血液は、どんな成分で
できているの？

A 血液は、液体成分である「血漿」と「血球（赤血球、白血球、血小板）」に分けられます。
【血漿】体の中でできた二酸化炭素を肺に運んで、呼吸により体外に排出します。また、栄養を体の各部に運んだり、老廃物を腎臓に運んで体外に排出したりします。このほか、血圧などを調整する役割も。
【赤血球】赤血球の中にあるヘモグロ빈は、肺で酸素を取り込み、体の各部に運びます。
【白血球】白血球の中の顆粒球は、体内に侵入してきた細菌やウイルスを捕まえて消化・殺菌します。リンパ球は免疫を担当しています。
【血小板】血管が壊された時、その部分の血管をふさいで出血を止めます。





Column

献血できる“ヘルシーボディ”を目指そう！

健康な方に余裕を持っていただくのが「献血」の大原則。とりわけ、ヘモグロビン濃度を正常に保つためには、規則正しく栄養バランスのとれた食事をするのが大切です。鉄分を多く含む食品を積極的に取り入れましょう。

<毎食1皿食べてみて！>

1品につき鉄3mgが含まれています。

- ・ひじき煮 中鉢1杯 (ひじき干 5g)
- ・やきとりレバー 1本 (レバー 25g)
- ・切り干し大根煮 中鉢1杯 (切り干し 30g)
- ・青菜おひたし 小鉢1杯 (青菜 100g)
- ・大豆五目煮 中鉢1杯 (大豆 30g)
- ・なまり節煮 1皿 (なまり節大1切れ)
- ・冷奴 豆腐半丁
- ・貝の味噌汁 貝たくさんで1杯 (貝類 100g)

献血は、なぜ必要なの？

現在の技術では血液を人工的に作ることはできません。また、血液には生きている細胞が含まれているため、長期間の保管もできません。必要としている患者さんに365日24時間、いつでも血液を届けるためには、毎日新しい血液が必要です。そのためには、多くの方に献血に協力していただく必要があります。

献血された血液を輸血に使用できる期間

- ・全血製剤 採血後21日間
- ・赤血球製剤 採血後21日間
- ・血小板製剤 採血後4日間
- ・血漿製剤 採血後1年間

献血できる条件ってあるの？

献血する方の健康を守り、同時に輸血を受けられる方の安全性を守るために、献血にあたってはさまざまな基準があります。年齢は原則的に16～69歳。体重や血圧なども正常の範囲であることが条件です。また、血液中の赤血球の濃さを表すヘモグロビン濃度が基準を満たしていない場合も、献血をご遠慮いただいています。

そのほか、これまでにかかった病気によっても献血をご遠慮いただく場合があります。詳しくは、最寄りの献血ルームにお問い合わせください。

輸血が必要になるときって？

～血液の基礎知識・輸血＆献血編～

私たちの体を維持するために欠かせない血液。大量に出血した時だけでなく、病気などで血液の成分が自分でつくれなくなった時にも、他の人から血液をもらわなければなりません。血液をもらうのが輸血。自分の血液を分けてあげるのが献血です。

次のようなとき、輸血が必要になります。

大量に出血したとき

- ・手術や交通事故、出産などで大量に出血したときに、血液の成分を補うことが必要ことがあります。
- ・血液の成分の量が不足していたり、血液のはたらきが正常でない場合には、手術や処置の前に輸血をすることがあります。

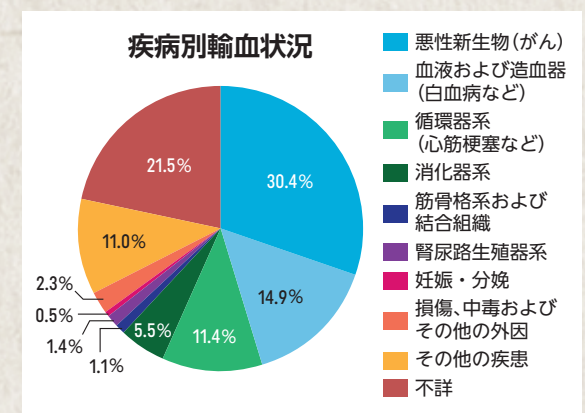
血液の成分が大量に消費されるとき

- ・がんや感染症の合併症などで血小板や凝固因子が急速に消費されてしまうと、止血に必要な量を保てないことがあります。

Column

1位はがんで約3割 ～疾病別の輸血状況～

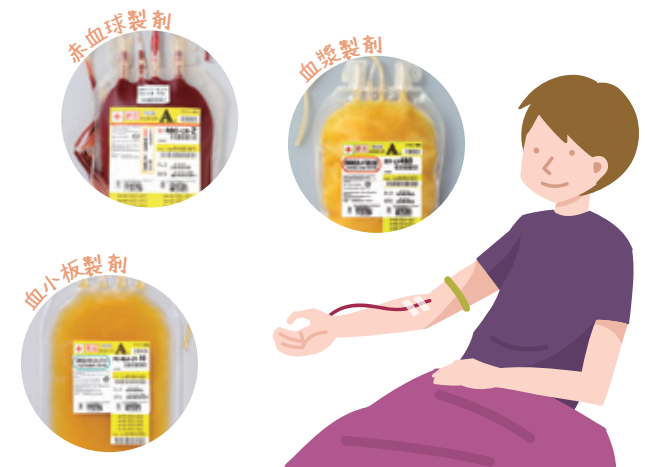
輸血はどんな病気の人が受けているのでしょうか？平成30年度の場合、1位は悪性新生物（がん）で30.4%を占めました。血液や造血器の疾患（白血病など）が14.9%、循環器系疾患（動脈硬化、心筋梗塞など）が11.4%と続きます。



出典：東京都健康福祉局「平成30年輸血状況調査集計結果」

血液の成分をつくるできないとき

- ・白血病や再生不良性貧血などの血液の病気や、抗がん剤などの薬の副作用により赤血球や血小板をつくることができなくなることがあります。
- ・肝硬変や薬の副作用などで、凝固因子をつくるができなくなることがあります。



出典：日本赤十字社「患者さんご家族向け 輸血情報」
<http://jrc.or.jp/transfusion/need/>

新型コロナウイルス感染症に対する取り組み

日本赤十字社では従来より感染症対策を行っていますが、新型コロナウイルス感染症の拡大を受けて、さらに徹底した対策をとっています。

1. 職員の健康チェックを徹底しています

日常の健康チェックに加え、出勤前・出勤時の体温測定を徹底しています。

2. 職員の手指消毒を徹底しています

職員の出勤時、献血会場入退出時、献血受付時、問診時、献血カード更新時。看護師は献血者ごとに手袋を交換しています。

3. 献血会場の良い衛生環境を保持しています

献血会場で使用する機材は日々、消毒液で清掃しています。献血会場の入口で、献血に来てくださった方の体温測定を徹底しています。

<皆さまへのお願い>

- ・献血会場では、入口に備えている消毒液で手指消毒をお願いします。
- ・入口での体温測定にご協力ください。
- ・必ずマスクを着用していただくようお願いします。



「ありのままの自分を伝えよう」と、抗がん剤治療中の辛い姿も SNS で公表

なんで自分が？
なんで今!?

長年勤めていたフジテレビを退社し、フリーアナウンサーとして独立したのが2019年10月。その直後の12月に悪性リンパ腫であることがわかりました。自分ががんだと知った時は、「なんで自分が、なんで今!？」とショックでした。独立してこれからという時に、自分はなんて運が悪いのだろうと。それが最初の正直な気持ちです。しかも、ステージ4で予後の悪いタイプでした。また、私がかかった「びまん性大細胞型B細胞リンパ腫」は、基本的に通院で抗がん剤治療をするのですが、私はタチの悪い遺伝子異常が見つかったこともあって、入院して治療を行う

ただ、先生はステージ4であっても効く薬はあるし、手遅れではないと言ってくれました。その言葉に励まされて、絶対に治してやると決意しました。リンパ腫になったことを契機に、ブログと

ました。

正直、「死ぬかも」と感じたこともあります。最初のPET検査（がんなどの病変を検査する画像診断法の一つ）を受けた際、がんの部分が黄色く表示されるのですが、首から下が真っ黄色。全身ががんに侵されていて、それを見た時はさすがに「まずいな」と思いました。

伝えることが仕事だからSNSで闘病生活を発信

医師からは、最低4カ月の入院が必要で、復帰までには1年かかるかもしれないと言われました。実際には退院するまでに4カ月半かかりましたが、おかげさまで完全寛解。現在の医学と薬の進歩、そして先生や看護師さんたちには感謝の気持ちでいっぱいです。ことになりました。

血液型の種類 ～ ABO 型と Rh 型～

血液には多くの血液型があります。その中で、輸血をする上で極めて重要な血液型がABO血液型とRh血液型です。

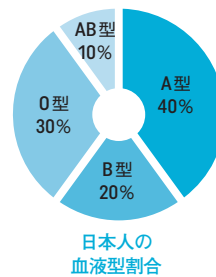
血液は赤血球の表面にある抗原によって分類され、A抗原があるとA型、B抗原があるとB型に。A

とBの両方の抗原があるとAB型、両抗原がないとO型になります。そして、D抗原があるとRhプラス、ないとRhマイナスに分類されます。

日本人は、およそA型が40%、B型が20%、O型が30%、AB型が10%の割合と言われています。また、日本人のRhマイナスはわずか0.5%程度という低い割合です。

出典：一般社団法人日本輸血・細胞治療学会HP「血液型について」

http://yuketsu.jstmct.or.jp/general/for_blood_type/



インスタグラムを始めました。1日に1000〜2000件のコメントが寄せられました。その半分くらいは、自分や家族ががんになったという方からでした。現代は、2人に1人ががんになる時代です。自分は運が悪いと思っていました。自分も運が悪い人の方が普通で、たまたま運の良しな人ががんにならないということではないかと、発想を逆転させました。こちらの方がオーソドックスな感じです。

自分の闘病生活を公表したのは、リンパ腫になったからといって、このまま引き下がれない、絶対に復帰して、フリーアナウンサーとしての姿をしっかり見せないと引つ込みがつかない、という意地もありました。また、これまで有名人のプライバシーを伝える仕事をしてきた中で、自分自身の都合の悪い部分はそっとしておいてくれというのは違うと思ったんです。それに私は長年、生放送の情報番組で、事件や事故に遭遇した被害者の皆さんの生の声を伝えてきました。東日本大震災でも被災地に入り、被災者の皆さんの声を聞いてきた。今度、自分自身が当人になるわけです。この経験を発信することは

Interview

輸血でもらった“生きるパワー” 悪性リンパ腫を乗り越えて、思うこと

フリーアナウンサーの笠井信輔さんは、フジテレビからの独立直後、血液のがん（悪性リンパ腫）であることがわかり、過酷な闘病生活を送りました。入院中は2度の輸血を受け、血液や献血の大切さを実感したと言います。現在は完全寛解^{かんかい}※し、2020年11月には闘病生活を綴った『生きる力 引き算の縁と足し算の縁』を出版。今後は、がんサバイバー（体験者）としての発信にも力を入れたいと語ります。

※すべての病変（がん）が消失し、新たながんが出現していない状態が続いていること。



フリーアナウンサー
笠井

Shinsuke
Kasai

信輔
さん

PROFILE

1963年、東京都生まれ。1987年フジテレビに入社、『情報プレゼンターとくダネ!』などの情報番組で活躍。2019年10月からフリーアナウンサーに。同年12月、悪性リンパ腫であることを公表、闘病生活をブログで綴った。2020年5月に復帰。がんサバイバーとしての活動にも力を入れる。血液型はA型（Rh-）。



入院中に2度の輸血を受けた笠井さん。抗がん剤による体調不良が劇的に改善されたという



『生きる力 引き算の縁と足し算の縁』
角川書店 1,540円(税込)
2020年11月18日発売

悪性リンパ腫の診断を受けた笠井さんが、一時は死を覚悟しながらも、SNSの力を借りて、がんて失った引き算を足し算に変えていくまでを記録した1冊。そこには、猛烈に働いていたアナウンサーだった頃には見えない発見があった。家族とのやりとりやテレビ仲間たちとのエピソード、さらにはブログにも書かず、家族にも言えなかった話も赤裸々に綴られている。

同書を読者5人にプレゼント。詳しくはP.28プレゼントページをご覧ください。

複数回献血クラブ「ラブラッド」にご登録をお願いいたします！

献血のWeb会員サービス「ラブラッド」にご登録いただくと、簡易に献血のWeb予約ができるようになり、血液の検査結果もいち早くわかるようになります。また、全国共通のポイント制度の導入により、一定のポイント数と記念品が交換できるほか、住所変更などのお手続きもWeb上で行うことが可能です。

詳細情報はこちらから
<http://www.jrc.or.jp/donation/club/>



辛い抗がん剤治療 支えは人とのつながり

これまでの仕事の中で最も直接的な、強いサポートになると考えました。

しかし、抗がん剤治療は想像以上にキツかった。ブログも、はじめは明るい前向きな内容にしようと考えていたのですが、辛い部分を隠してしまうと、「がんになっても明るく過ごせるんだ」と思われてしまう。それでは、辛い治療を乗り越えた人や、治療真っ最中の人たちに申し訳ない。だから、辛い部分も包み隠さず伝えることにしました。

ブログやインスタグラムに寄せられたコメントは、「頑張って」よりも「弱音を吐いてください」の方が多かった。泣きたい時には泣いてください、弱音をここに書いてください、と。これは、SNSの一つの長所ですね。自分の心の弱さをさらけ出すことで、多くの人の共感を得られるんだと思いました。

最も辛かった時のことは、ブログとは別に手書きの入院日誌をつけていたので、そこに書きました。

あまりに感情的すぎて夢も希望もないので、その時は外に出しませんでした。が、やはり、ありのままをお伝えしたいの思いから今回、出版した本には入院日誌の内容も掲載しています。

入院日誌の字はすごく震えているでしょう？ 抗がん剤治療で手が痺れていたんです。ペットボトルのフタも開けられなかったし、爪も切れなかった。力が入らないんです。

抗がん剤の影響は人によって千差万別で、私の場合は倦怠感と食欲不振がひどかった。でも、食べないと免疫力や抵抗力が落ちてしまうので、「食べることは闘いだ」というスローガンを掲げて(笑)、嫌でも食べるようにしました。それでも、ひと昔前と比べると抗がん剤の副作用に対する治療は格段に良くなっています。今は吐き気を抑える良い薬もあります。がんになったからといって絶望するとはありません。

ブログやインスタグラムに寄せられたコメントは、闘病生活の支えになりました。これまでは毎朝テレビに出ていたのに、フリーになったらいつの間にか出なくなつて、世の中から忘れられてしまつ、

防災や減災のように がんにも「備え」が必要

私はこの間、東日本大震災の被災地の皆さんに向き合ってきました。だが、もう一つ、自分のやるべき仕事を与えられたと感じています。現在、がん情報サイト「オンコロ」で動画のインタビュコーナを担当しています。また、NPOキヤンサーネットジャパンが取り組んでいる、がんの知識普及

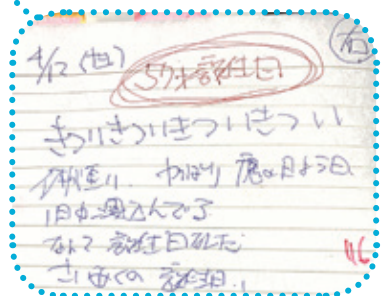
の活動にも参加しています。今回の本の出版も、その一環です。がんって、病気のことが何も分からないのに突然かかって、どの病院でどの医師に、どういう治療をしてもらうのか、重要なことを全て患者が決めないといけないんです。災害に対して防災や減災があるように、自分ががんになったらどうするか、事前にいろいろと考えて、備えておくことは大切です。そうしたことを伝えていきたいですね。

取り残されてしまつて。そうした孤独感に対し、SNSに寄せられた応援の言葉は、自分が世の中とつながっていることを実感させてくれました。

『とくダネ!』の時代は、報道機関としての責任もあるので、SNSの「闇」を伝えてきましたが、入院してみても、SNSの「光」の部分ばかり感じました。人と人とのつながりを感じることで、頑張ろうという気持ちになりました。

エネルギーを直接 注入してもらう感じ

入院中に輸血を2回受けまし



抗がん剤治療の最中は手が痺れてペンを持つのも大変だったが、自分の率直な思いを記録した

た。そもそも輸血というのは、手術や大量出血などで血が足りない人のためのもので、抗がん剤治療をしている私のような患者には無縁だと考えていました。しかし、抗がん剤治療の後、白血球やヘモグロビンなどの数値が下がってしまい、貧血状態に。抗がん剤で血液の成分が痛めつけられてしまつたんですね。

それで輸血をしてもらったのですが、効果はてきめんでした。ものすごいパワーをもらいました。薬や栄養剤以上の効果で、エネルギーを直接、体に注入してもらう感じでした。

一方で、罪悪感も。コロナ禍で献血者が減っている中で、しかも私はRhマイナスです。近くに血液がないと赤十字が全国のネットワークで手配してくれますが、そ



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)

大森赤十字
訪問看護ステーション
管理者
寺野 とも子
Tomoko Terano

大森赤十字病院
訪問リハビリテーション
理学療法士
設楽 直矢
Naoya Shitara

大森赤十字病院では訪問リハビリを2018年から開始しています。そして、訪問看護ステーション^{※1}が2020年1月1日、病院敷地内の別館に開設されました。大森赤十字病院を退院した患者さんを中心に、赤十字の理念である人道にもとづき訪問リハビリと看護を行っています。

患者さんが退院した際、病院と自宅では環境が大きく異なるため、退院後の環境にうまく馴染めないことも。すると、自宅で動けなくなり、身体機能の低下を招いてしまいます。

「元の生活に戻りたい」の
願いに応える訪問リハビリ

そのため、訪問リハビリでは、なるべく退院後の早期に訪問し、安定した生活が送れるよう、身体機能面に対してのリハビリと同時に家屋環境調整、介助指導なども行います。「外出できるようにしたい」「家事ができるようになるたい」など、ご本人・ご家族が希望する生活や活動が可能となるよう支援しています。

スタッフは訪問専従の理学療法士2人、病院と訪問を兼務する理学療法士2人、作業療法士1人の5人体制です。互いに連携しながら、入院中から退院後に訪問リハビリ利用予定の方の状態を把握し、円滑にサービスを提供できる体制を整えています。

病院併設としての
「強み」を生かして

大森赤十字訪問看護ステーションは開設1年目。経験の浅い看護師などリソース^{※2}から最新の看護の知識や技術の情報を得て、訪問看護師として成長していることを実感しています。

当ステーションでは、訪問先から利用者さんの状態変化を病院の医師に報告し、すぐに指示を受けることで重症化や再入院を防いでおり、病院併設の訪問看護ステーションとしての「強み」を生かしています。

また、大森赤十字病院の理学療法士2人が兼務。毎月の会議で、リハビリをしている利用者さんの情報を共有し、状態変化を連絡し合うなど、より良い訪問看護につなげるよう取り組んでいます。



訪問看護の相談はいつでもどうぞ！



訪問リハビリ・看護のスタッフたち

退院後の生活を支えるために

大森日赤の訪問リハビリ＆看護

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)

救命救急センター
救命救急科 部長
原田 尚重
Naoshige Harada



武蔵野赤十字病院では、令和2年10月1日からドクターカー事業を開始しました。ドクターカーとは救急現場に医師を緊急派遣する車のことをいいます。

ドクターカー事業の目的は、患者さんが病院に到着する前から救急医が救命救急医療を開始し、救命率を向上させることです。従来から救急患者さんの搬送と救急救命士による緊急処置を担っている、東京消防庁との協働運用となります。

ドクターカーの乗務員は救急専門医1人、補助医師1人、ドライバー1人の3人ですが、状況により調整されます。

東京消防庁から
連絡を受けて出動

実際には119番などで東京消防庁に救急車の要請が入り、その情報から患者さんの生命が逼迫、もしくは緊急性が高いと判断された場合に限り、東京消防庁から病院が連絡を受け、ドクターカーの緊急出動となります。

現場に到着した医師は救急医療処置を行ったうえで、患者さんと救急車に同乗し、必要な医療を行いながら病院に搬送します(図)。なお、現場で医療行為を行った場合



出動時間：平日 9：00～17：00 / 出動範囲：武蔵野市全域、小金井市全域、西東京市の一部、練馬区の一部



ドクターカー事業に関わるスタッフたち



ドクターカー

ドクターカーの運用が始まりました！

救命率の向上を目指して

Hospital
Referral

には、通常の診療と同様に国民健康保険、社会保険等が適用され、往診料や救急搬送診察料(6000円程度)が加算されます。

市民の皆さまの
いのちを守るために

急病にせよ不慮の事故にせよ、病院にからないためには、普段からの健康管理や労務管理が重要であることは間違いありません。当院は可能な医療資源を全て投入し、市民の皆さまに救急医療を提供することに全力を尽くします。

武蔵野赤十字保育園

赤十字子供の家

感染症対策をしながら
楽しく運動会！幼稚園生活に向けて
3歳児たちの園内保育目指せ海賊！
(4歳児クラス)お揃いの衣装で
ソーラン節♪
(5歳児クラス)

武蔵野赤十字保育園では10月、3～5歳の子どもたちの運動会を行いました。新型コロナウイルス感染症対策として保護者の人数制限をして、年齢別に時間を区切りながら、密にならないように実施しました。

3歳の子どもたちは、平均台を渡って品物を取りに行く“はじめてのおつかい”を、4歳の子どもたちは、高く積み上げられたマットによじ登り、帽子を取ってくる“海賊になるための旅”に挑戦。保育園での最後の運動会になる5歳の子どもたちは、自分たちでつくったカッコいい衣装に着替え、力強く元気なソーラン節を踊りました。

クラス対抗リレーは大接戦！

5歳のクラス対抗リレーは大接戦！勝ったクラスの子どもたちは大いに喜び、負けたクラスの子どもたちは悔し泣き。運動会に向けて、たくさん練習して、作戦を練っていたからこそその成長した姿が、かっこよかったよ。どのクラスの子どもたちも、お友達の競技を一生懸命応援していて、子どもたちの成長と温かさを感じた運動会でした。

これからも感染症対策を徹底し、できることを工夫しながら、子どもたちの伸びやかな成長を見守っていきたいです。

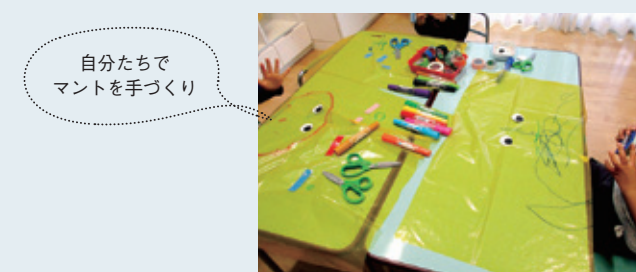
赤十字子供の家では、当施設で過ごす3歳児の子どもたちを対象に、幼稚園の慣らし保育として園内保育を行っています。

基本的な生活習慣を身に付け、製作、リトミック、体操、お菓子づくり、そして季節の行事を楽しみながら活動しています。

10月は行事が盛りだくさん！

10月は、キウイ畑に行ったり、運動会やハロウィンパーティー等、行事が盛りだくさんでした。ハロウィンパーティーでは、子どもたちが自分でつくったマントとかばんを持って園内を回り、大きな声で「トリック・オア・トリート！」。スタンプを貯めて達成感を得て、もらったお菓子をうれしそうに食べていました。

4月に新しいメンバーでスタートした園内保育も、半年が過ぎました。子どもたちの成長を感じる日々です。引き続き、子どもたちと楽しく過ごしていきたいと思います。

自分たちで
マントを手づくり

トリック・オア・トリート！

赤十字子供の家とは… 児童福祉法(第27条)に基づき、施設での保護養育が必要として東京都児童相談所から措置された子どもたちを預かる児童養護施設です。



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)

医療技術部・検査技術課
臨床検査技師
坂上 桃子
Momoko Sakagami

生まれつき、聴覚に何らかの障害を持つ赤ちゃんは1000人に1人から2人とされています。近年、優れたスクリーニング※1方法が開発され、早期に聴覚障害の診断を行うことが可能になりました。

聞こえの状態を確認するために赤ちゃんに対して行う耳の検査のことを新生児聴覚スクリーニングと言います。聴覚障害は、以前は2歳を過ぎてから言葉の発達の遅れによって発見されることがほとんどでしたが、早期診断により赤ちゃんとそのご家族に適切な治療や支援をすることで、言葉の発達やコミュニケーションの形成を助けることができるようになりました。

検査方法は2つ

新生児聴覚スクリーニングには現在、自動ABR(自動聴性脳幹反応)とOAE(耳音響放射)※2の2つの方法があります。当院では、2019年5月から全例に自動ABRを採用しており、検査数は年間1500件を超えます。

自動ABRの検査では、赤ちゃんがぐっすり寝ている間にささやき声程度の音をイヤホンから流し、そのときの神経の反応を自動判定します。検査には採血のような痛みはなく、赤ちゃんへの負担はありません。

ません。当院以外でお生まれになったお子さんでも小児科外来で検査することが可能ですので、お気軽にお問い合わせください。

もし「要再検査」でも

スクリーニングの結果が「正常」であれば、先天性の難聴は否定されたと考えられます。しかし、生後に起こる中耳炎やおたふくかぜによる難聴、進行性難聴は発見・予測できないため、その後も注意が必要です。結果が「要再検査」の場合でも、精密検査が必要ということであり、ただちに聴覚障害を意味するものではありません。

スクリーニングは多くの赤ちゃんを効率的に検査するための方法であり、当院で「要再検査」と判定された場合は、小児科医師が迅速に専門病院を紹介します。赤ちゃんの健やかな言葉の発達のために、当院検査室もご家族に寄り添い全力でサポートしてまいります。

※1…疾患の罹患率や発症が予測される患者を検出するための検査
※2…音に反応して内耳から返ってきた反響音を検出する方法



コンパクトな検査機を持って、臨床検査技師が病棟や外来に出向きます



赤ちゃんに痛みなどはありません。寝ている間に検査終了！

赤ちゃんの「聞こえ」を早期に確認

新生児聴覚スクリーニング



偏見のない世界をつくるために

～世界のユースが考えるコロナ差別～



インド、ネパール、ベトナムなどアジア大洋州17の赤十字・赤新月社のユースと、日本全国41都道府県支部の高校生

の青少年赤十字メンバーおよそ300人が11月15日、オンラインで交流会を行いました。本来であれば海外からメンバーを招き、宿泊型研修を通じて深い議論を行う予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響により、開催をWebに切り替えての実施となりました。

午前中には、参加国、地域それぞれのふるさと「品文化紹介や、各国の青少年赤十字から活動報告がありました。プレゼンテーションは、赤十字の語学奉仕団の協力を得ながら全て英語で行われました。午後の部では、「新型コロナウイルス感染症と向き合う」をテーマに、新型コロナウイルスを取り巻く国ごとの現状を共有し合いま

した。また、日本赤十字社が作成したガイド「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！」の要素を取り入れながら、ニューヨークで活動した医師の体験談を聞いたうえで、「偏見のない世界」をつくるために自分たちは何ができるか議論をしました。

辛い人を孤独にしない

東京都支部からは7人が参加。メンバー内で議論を重ね、偏見のない世界をつくるしていくためには、「怖さと勇気をバランスよく持つこと」「感染者など辛い環境にいる人を孤独にしないこと。励ますために、オンラインなどでコミュニケーションをもつこと」「自分たちのできることをできる範囲の中で実行すること」が重要であると訴えました。

参加者の声

藤岡 紗代さん



国の状況によっても対策が違う。格差を埋めるとは言わずとも減らしていく必要がある。そのためにも、こうした国際交流は大切だと感じた。偏見が生まれるのは、浅はかな知識や情報が回ってしまっているから。正しい情報かどうか、受け取る側は判断できない。医療従事者に判断を仰いだりしなければならなかった。

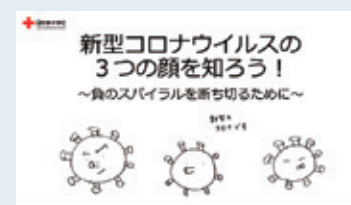
自分の周りには感染者がいないので、差別は起きていないが、出た時その対応が重要で、感染者を孤独にしないことが大切だと思う。

中島 杏香さん



ニュージーランドに留学したところだったが、新型コロナにより帰国することに。他国との交流を通して、日本はネガティブ思考だと感じた。海外では医療従事者に向けて拍手したり、ポジティブな考え方が多くて素敵。一方で警察がマスクの規制をする国があったのは気になった。規制しすぎるとストレスが溜まってしまうので、ちょうどいいバランスが必要だと思う。

交流会に参加して、自分も英語で積極的にコミュニケーションをとっていきたいと思った。



より詳しい「新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！～負のスパイラルを断ち切るために～」のガイドはこちら



東京都支部の参加メンバーのようす



Web上に集まった各国青少年赤十字メンバーたち

なるほど！
私の一歩も、
大きな力なんだ！

献血講座、
Webでー！



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

人間を救うのは、人間だ。

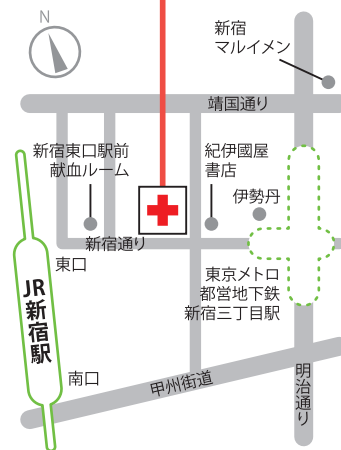
詳しくは [はたちの献血](#)

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



さまざまな社会貢献そのものが“ギフト”。献血もその一つ、輸血を待つ人への大切な贈りもの。
新宿ギフトは、人それぞれの社会を思う気持ちが集まる場所です。

献血ルーム 新宿ギフト



🕒 受付時間

事前のご予約で、優先的にご案内いたします。

▶ 成分献血

10:15～12:00 / 14:00～17:00

※受付状況により、成分献血の受付を早めに終了させていただくことがあります。

▶ 400・200mL

10:15～12:45 / 14:00～18:00

☎ 電話

03-6380-0331

📅 定休日

12月31日、1月1日

📍 場所

〒160-0022

新宿区新宿3-18-1 丸井新宿東口ビル9階



新宿エリア4カ所の献血ルームで利用できる「リピーター特典券」を配布中。
このカードを持参して献血にご協力いただいた方には、記念品をプレゼント！
※平日限定



NT
NISSEKI TOKYO

Vol.28
2021年1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: <https://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、
都内の赤十字病産院(日本赤十字社医療センターを除く)および献血ルーム・
献血バス等の献血会場でも配布しています(在庫がなくなり次第配布は終了します)。

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。

詳しくはこちら

URL

QR

<https://www.tokyo.jrc.or.jp/kohoshi/2020.html>



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。

●千代田区		(株)シンビオス	10万円
日本エコエネシステム(株)	50万円	●中野区	
(株)朝日写真ニュース社	30万円	松本 敏夫	500万円
デキュリオン(株)	20万円	大谷 昌義	25万5,000円
(株)暁和	20万円	國友 明子	10万円
サンベック(株)	10万円	佐藤 み奈子	10万円
(一財)寧波旅日同郷会	10万円	●杉並区	
●中央区		太田 光	100万円
株式会社銀座クルーズ	19万2,702円	山浦 晟暉	100万円
スタッフナインハット(株)	10万円	太田 光代	50万円
●港区		菊池 秀夫	20万円
アパホテル(株)	243万3,000円	岡部 好延	10万円
マダム麗奈グループ (株)HURRAY	100万円	千葉 潤	10万円
(公社)麻布法人会	30万円	昭和建物(株)	50万円
イーパートナーズ(株)	30万円	●豊島区	
(株)ブライム・オリジンズ	10万円	青山 孔明(馮曉雨)	100万円
●新宿区		6etアプリ(株)	10万円
山本 昭三	3,000万円	●板橋区	
亀井 大悟	60万円	原田 曠暉	10万円
蛭原 豊	10万円	(株)協立コーポレーション	50万円
(株)STAYERホールディングス	50万円	(一社)日本競輪選手会	34万9,701円
(株)ルフト・メディカルケア	50万円	(株)曠淳開発	20万円
(株)アイザワ	17万円	●練馬区	
第一生命労働組合 新宿総合支部	30万円	神津 公彦	515万円
●文京区		土田 隆	100万円
(株)プロシップ	104万円	横山 浩之	60万円
(株)カイノス	50万円	水島 磐男	50万円
トリヤマ(株)	10万円	(株)野島電工	20万円
●台東区		●足立区	
鷺神社	60万円	梶 富美子	100万円
(株)アンデス	10万円	鈴木 惣八	20万円
光正不動産	10万円	李 玉梅	20万円
玉姫稲荷神社靴のめぐみ祭り市実行委員会	10万円	小川 忠彦	10万円
●墨田区		増山 一雄	10万円
角谷 かつみ	10万円	(株)エイイーエス	1,000万円
●江東区		フヂヤサイクル	10万円
(株)システック	500万円	●葛飾区	
スズキテクノス(株)	20万円	浅香 由美子	30万円
●品川区		●江戸川区	
日向 宏	-円	藤井 保男・時子	1,000万円
(一社)東京馬主会	300万円	大矢 敦	10万円
●目黒区		匿名	23万円
(株)ホリプロデジタルエンターテインメント	29万2,094円	(有)中代経営	10万円
(株)システムサイト	20万円	●八王子市	
●大田区		堀江 晃平	50万円
本田 康夫	500万円	木下 徳明	10万円
白井 芳子	10万円	(株)東緑化	10万円
柴田不動産(株)	10万円	●立川市	
●世田谷区		中村 智英子	100万円
市川 欣司	100万円	●武蔵野市	
小林 賢治	50万円	泉 並木	20万円
中島 令一	10万円	青木 敦子	10万円
(株)トライアングル・オー	121万550円	齋藤 八郎	10万円
●渋谷区		●三鷹市	
(公財)新日本宗教団体連合会	200万円	荒谷 稔・しげ子	100万円

河合 直子	30万円
植松 千江	10万円
海老澤 寿美恵	10万円
吉野 壽夫	10万円
●青梅市	
三和マザック(株)	20万円
●昭島市	
小山 善治	15万円
澤渡 美保	10万円
●調布市	
三木 正子	50万円
武良 和子	20万円
清水 貞男	10万円
●町田市	
畠山 ミチ子	300万円
高麗 正規	40万円
●小金井市	
野口 正晴	10万円
武藤 篤生	10万円
ムサシノアロー(株)	20万円
●小平市	
関根 克臣	12万円
(一社)小平青年会議所	11万円
●国分寺市	
中野 顕	100万円
●国立市	
北島 洋子	100万円
芦間 靖彦	30万円
尾林 良子	20万円
関 儀和	10万円
丸山 好子	10万円
●狛江市	
西川 宏	50万円
●武蔵村山市	
(有)ワタヤ	10万円
●稲城市	
中西 勉	10万円
●西東京市	
元角 昌三	10万円
●瑞穂町	
関口 雄子	50万円
●埼玉県	
(有)東京建匠	1,000万円
●千葉県	
都築 ハル江	100万円
●千葉県	
中川 正子	100万円
●神奈川県	
沼田 美保子	100万円
(株)テクネ計測	200万円
●静岡県	
山田 久子	100万円
●兵庫県	
川西 孝男	200万円
田尻 邦夫	10万円

活動資金協力に関するお問い合わせは
東京都支部 振興課 03-5273-6743まで

(敬称略・順不同)

赤十字
Supporters

JRCの活動を通して
自分が大きく成長できた

青少年赤十字(JRC)メンバー連絡協議会

子どもたちが赤十字の精神を学び、実践している青少年赤十字(JRC)。3人は、各中学・高校のJRCでつくるメンバー連絡協議会(以下、協議会)の役員を務めています。

参加したきっかけについて会長の木本さんは、「人の役に立ちたいけれど、何をしたいか分からなかった中で、高校に入学してJRC同好会を知り、これだ!と思いました」と話します。

1年生の藤岡さんは、中学生の頃からJRCに参加しています。手話に関心があったのがきっかけですが、中学1年の夏休みに献血ルームのボランティアに行つてからは、献血ルームでの活動も続けてくれます。

協議会には、学校や学年の違う生徒たちが集まります。その魅力について、木本さんは「自分と違う意見を聞くことはとても刺激になるし、JRCに参加したことで、人として



協議会ではディスカッションに熱が入りました(令和元年度の活動から)



青少年赤十字(JRC)メンバー連絡協議会役員の3人



右から木本有香会長(十文字高等学校3年)、渡邊はるか副会長(下北沢成徳高等学校3年)、藤岡紗代副会長(山脇学園高等学校1年)

も成長できたように感じています」と語ります。

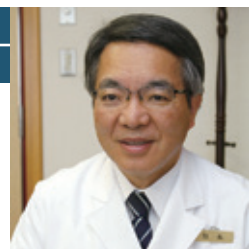
今はコロナ禍のため、令和2年度の協議会の活動もオンライン上に限られてしまいました。それでも、7月に開催した協議会には都内の中高生35人が参加。家にある未使用マスクなどを集めて保育施設等に寄付する「マスク寄付プロジェクト」や、3密を避けながら取り組んでいる清掃活動、絵本点訳など、各学校の取り組みを報告し合いました。

9月の協議会は献血がテーマでした。木本さんは実際に自分が献血した時の経験を紹介。コロナ禍で献血者数が減ってしまっている現状なども伝えました。「みんな16歳から献血できることを知らなくて、説明したら『自分も行きたい』と言つてくれて、とてもうれしかったです」。

協議会では献血者を増やすためのアイデアも話し合い、「著名なスポーツ選手に広告塔になつてもらうなどの意見もありました」と渡邊さん。

3年生はまもなく高校卒業ですが、「赤十字の活動は続けたい。活動範囲を今より広げて、国際交流活動などにも参加してみたい」(渡邊さん)と今後の目標について話してくれました。

新型コロナウイルス感染症 最前線の医療現場から皆さまへ



武蔵野赤十字病院
院長 泉 並木

新型コロナウイルスは私たちの命や生活を脅かし、今もなお先行きが見えない状況です。日本赤十字社はこうした未知のウイルスに対し、さまざまな対策を手探りでを行いながら、赤十字病院を中心に全社一丸となって命と健康を守るための活動を続けてまいりました。目に見えないウイルスへの対応は、危険と隣り合わせの状況です。そのなかで、皆さまから日々お寄せいただく温かいお気持ちに、私たちは何度も何度も励まされました。日本赤十字社にさまざまな形で支援をお寄せくださった方々、高い感染防止の意識で日常生活を過ごしてくださった方々、医療従事者に対する差別と偏見の防止に理解を示してくださった方々、こうした全ての皆さま方に厚く御礼を申し上げます。赤十字を支えてくださる皆さまに心からの感謝を込めて、私たちは下記の報告映像を制作いたしました。お伝えしたいことが多く、約30分と長くなってしまいましたが、是非一度ご覧いただけますと幸いです。私たちの感謝の思いを一部でもお伝えできましたら、これに代わる喜びはございません。今後も新型コロナウイルスとの闘いは続いてまいりますが、感染防止策を徹底し、安心・安全な医療を提供し続けることが日本赤十字社の使命であると考えております。引き続き、日本赤十字社をはじめ、全国の医療従事者に関心やエールをお寄せいただきますよう何卒お願い申し上げます。



©Atsushi Shibuya/JRCS



武蔵野赤十字病院における 新型コロナウイルス感染症対応

リアルな報告と記録映像

QRコード読み込み
または、
インターネットで検索



日赤東京 YouTube



こうした活動は、皆さまからのご寄付に支えられています。
クレジットカードによるマンスリーサポーターを募集しています。

① クレジットカード寄付Webサイトへ



② 必要事項のご入力(申し込みフォーム)

継続方法と
寄付金額の選択

2,000円以上の自由な金額で、毎月・毎年・今回のみ
のご協力方法からお選び
ください。

マイページをお持ちの方
▶ログイン

初めての方・情報登録を
していない方
▶個人情報、その他情報
をご入力

お手続き完了！

③ 皆さまの想いは赤十字活動に



©Atsushi Shibuya/JRCS

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. 生きる力 5名様



笠井信輔さん著
『生きる力 引き算の縁と足し算の縁』
株式会社KADOKAWA
フリーに転身直後、悪性リンパ腫が発覚した
人気アナウンサーは、どう前を向いたのか。
本書は退院直後、笠井さんが自ら書き下ろし
た思いあふれる一冊です。困難に直面したと
きのヒントと勇気もちりばめられています。

B. 10名様



松田悟志さんトートバッグ
俳優 松田悟志さんがコロナ禍での緊急事態
宣言中に実施した、38日間のライブ配信で生
まれた2作品の限定トートバッグ。『願いの大地
(左)』『希望の海(右)』をセットで。
本体：約 W300 mm × H360 mm
持ち手：約 W25 mm × L 500 mm

C. 10名様



アンリー・デュナン トートバッグ
株式会社日赤サービス
赤十字の父、アンリー・デュナンがプリント
されたコットン製のトートバッグ。ちょっとした
お買い物やおでかけに最適なサイズです。
本体：約 W390 mm × H290 mm × D110 mm
持ち手：約 W25 mm × L 560 mm

▼ WEBフォームからのご応募限定 ▼

D. 1名様



スエード小物ケース
ダイアナ株式会社
素材：ワインスエード
サイズ：75 mm × 130 mm 日本製。

E. 5名様



生茶
東京キリンビバレッジサービス株式会社
「生」のおいしさがいきた、うまみ香り
豊かな味わいのココロとカラダを満
たす緑茶です。

F. 5名様



922形 ドクターイエロー「USB AC充電器」
株式会社アーバン
カッコいいのに、どこか可愛らしい鉄道
型のACアダプター。通電中はフロント
ライトが点灯し、臨場感があります。
※充電には各機器に対応したUSB充電ケーブルが別途
必要です

プレゼント応募方法

WEBフォームまたはハガキでご応募ください。抽選でプレゼント
が当たります！ 締切は2021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。

※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。

WEBフォーム

URL QR

<https://bit.ly/3q81GZL>

ハガキ

添付の
専用ハガキで
ご応募ください。

読者の声 (vol.27)



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

ちょうど、このコロナ禍で、防災について見直す
機会を持つことができました。避難所の基礎講座
等、このタイミングでNTの記事を読んで、自分自
身の知識不足にも気付くことができました。また、
今回得た知識を家族や知人にも伝えて、みんな
で防災について今一度見直すきっかけをつくれ
たらいいと感じました。

東京都・25歳・女性(新宿西口献血ルーム)

表紙のカエルのデザインがとても可愛くて開いてしまいました。
中を読むと、避難所の現状について記事が書いてあり、新型コロナ
の影響を考えると、正直どこから手をつけていいかわからず
いたので、とても勉強になりました。自分のできる備えはきちんと
準備しつつ、日頃の地域コミュニティについても、常日頃の挨拶を
心がけ、いざという時に助け合える関係性を築くことを意識した
いと思います。

東京都・29歳・男性(献血ルーム 新宿ギフト)

※()はNTの入手場所



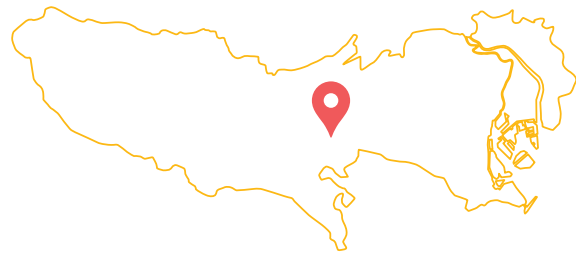
Rediscovery TOKYO

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。東京の写真撮影を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/>



撮る。その瞬間は光のスピードで過ぎ去り、そして二度とやってはこない。
“無常”であること。それだけが唯一この世の“常”であるということに、改めてレンズを通して向き合う1年にできたらと願う。

年末や年始の行事を「今年限りかもしれない」と思って、心を込めて行おう」と思うようになったのは、いつの頃からだったろう。
2008年、正月の撮影会で府中にある大國魂神社を訪れた。
律令制の時代、ここに武蔵国の国府が置かれていたことが「府中」という市名の由来だという。当時、各国の国府近くには総社を設け国内の神々を合祀。大國魂神社は武蔵国の総社だったそうだ。
この日、初祈禱のために通された拝殿には青空から清々しい光が降り注ぎ、敷き詰められた白砂がその光をキラキラと反射していた。その光景を前に我々は思わず漏れそうになる感嘆の声を押し殺し（拝殿での撮影は禁じられていたため）、ご祈禱の声を聞きつつも心の中では激しくシャッターを切っていた。
祝詞奏上の終わりにご神職から頂いた「今年も良い写真が撮れますように」の言葉を胸にほくほくと帰路についたことは、今も記憶に鮮やかだ。
写真はその時、目の前にあるものを

第21回

大國魂神社

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11回は、救急法指導員として活動する職員から気道異物除去について
お届けします。

職員
通信
Vol.11

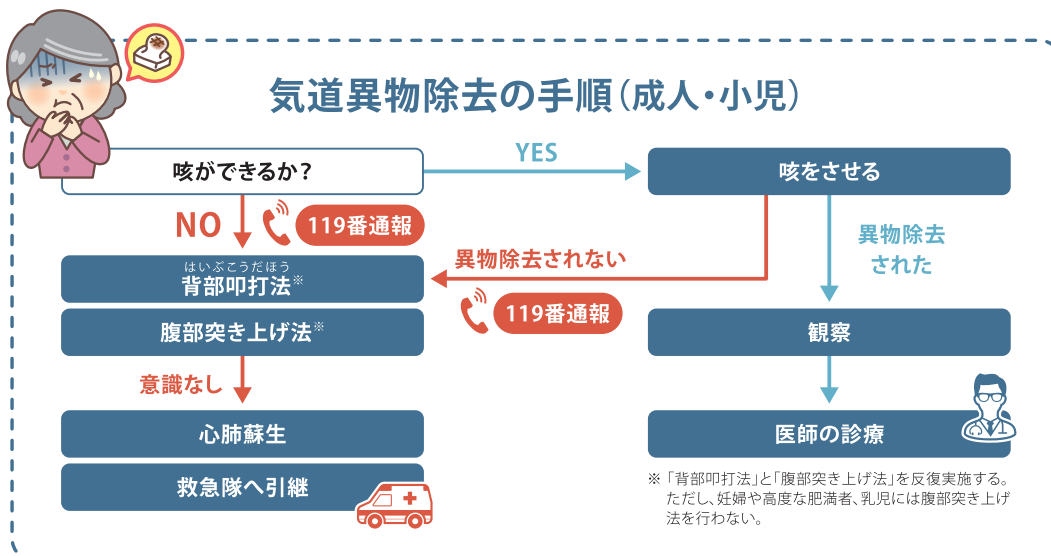
気道に異物を詰ませた時の症状

- 突然もがき苦しみ声が出せない
- 気道からの異常音
- 激しい呼吸運動があるが空気の入りが少ないか止まっている
- 顔、首、手などのチアノーゼ
- 意識がしだいに鈍る
- 人工呼吸時の空気抵抗が大きい

気 道異物による窒息事故は、物を口に入れやすい乳児や喉の反射が鈍った高齢者に起こる傾向があります。特にお正月は餅による窒息事故が多発するため注意が必要です。気道異物による窒息事故が起きた場合、近くにいる人が直ちに手当をしなければ救命できません。また、窒息事故を防ぐためには予防が大切。飲み込む力が弱い高齢者などには食べ物細かく刻むなどの工夫が必要です。

お正月によく食べる「あれ」も要注意！
気道にものを詰ませたときの対処

気道異物除去の手順(成人・小児)



今回、お届けしたのは…

日本赤十字社東京都支部 事業部 健康安全課 講習一係

長野 文音 ながの あやね

入社以来4年間、講習普及事業に従事し救急法指導員として数多くの講習を指導。趣味はスキューバダイビング。忙しい毎日を送る中でも「最低でも年に1回以上は潜る」ことを目標としている。

参考

気道異物除去の正しい手技を
動画で確認できます



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

Facebookも見てね!

