

NIT

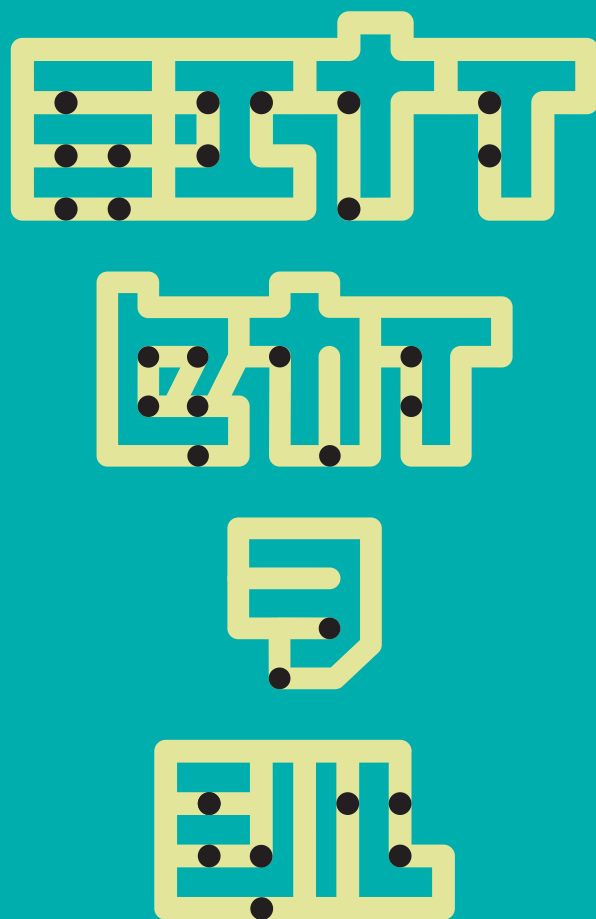
NISSEKI TOKYO

2021
Summer
Vol.30



特集

見えない世界を知る。



04 東京かつしか赤十字母子医療センターが誕生！

06 令和2年度 活動報告

08 れっどくろす News&Topics

09 国際 NEWS

特集

10 見えない世界を知る。

20 Hospital Referral
武蔵野赤十字病院／大森赤十字病院

22 献血 NEWS

23 福祉施設 NEWS
赤十字子供の家／武蔵野赤十字保育園

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

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23回 羽田—



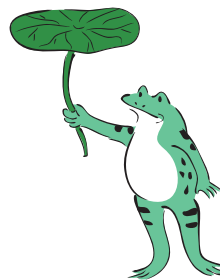
〔表紙の題字：Braille Neue (ブレイルノイエ)〕
「すべての人に点字を」。目で読める墨字と指で読める点字が一体になったユニバーサルな書体。視覚障がい者と晴眼者が、同じ場所で同じ情報を共有することができる。日本人デザイナー Kosuke Takahashi さん作成のフォント。

〔表紙のイラスト：Macrovector-Freepik.com〕



感染症が流行している現在、①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや「3密(密集、密接、密閉)」の回避、といった「新しい生活様式」の実践が求められています。しかしマスクを着用していると、体の熱が十分に放散されなかったり、気付かないうちに脱水しているなど、体温調節機能が低下しがちです。つまり、それは例年以上に熱中症にも気を付けなければならないということ。熱中症は予防策を知っていれば防ぐことが可能です。感染症予防を行いながら、熱中症予防にも気を留めましょう！

暑さを避ける！



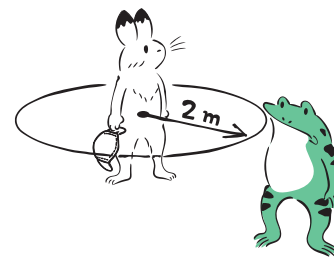
吸湿性、通気性の良い衣服を着用し、外出の際は日傘や帽子を活用しましょう。天気予報や、環境省ウェブサイトで提供している「暑さ指数(WBGT:Wet Bulb Globe Temperature)」も参考に。

こまめに水分補給！



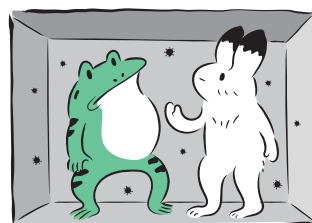
マスク着用時は、特に激しい運動を避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給。少しでも体調に異変を感じたら、涼しい場所に移動して水分を摂取することが大切です。

マスクを外す判断も！



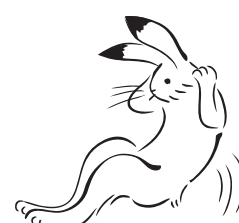
気温・湿度が高い中でのマスク着用は、熱中症のリスクが高まるおそれがあります。屋外で他者との距離が**少なくとも2m以上確保できる場合は**、リスクを考慮してマスクを外すようにしましょう。

冷房時でも換気を！



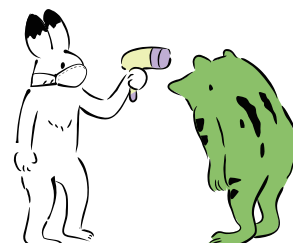
一般的な家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで換気は行われていません。エアコンを使用している最中も、窓やドアを開放して換気しましょう。エアコンの温度設定もこまめに調整を。

暑さに備えた体作りを！



無理のない範囲で、日ごろから運動を。汗をかく習慣を身に付け、暑さに備えた体を作りましょう。水分補給は忘れずに！

体調管理を万全に！



日頃の体温測定、健康チェックは、熱中症を予防する上でも有効です。食生活も規則正しく！体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養しましょう。

高齢者や子ども、障がい者の方々は熱中症になりやすいので、より注意が必要です。
日頃から注意して、積極的に声を掛け合いましょう。

出典：厚生労働省「令和2年度の熱中症予防行動の留意点について（詳細版資料）」

母子に寄りそい、安心できるお産を

東京かつしか赤十字母子医療センターが誕生！



Reborn!



2021年6月、葛飾赤十字産院が新築移転し、「東京かつしか赤十字母子医療センター」として生まれ変わりました。1953年の開院以来、葛飾区を中心とする地域の周産期医療を担ってきた葛飾赤十字産院。その歴史を引き継ぎ、地域に役立つ、開かれた周産期医療の中核病院として、診療機能をより充実させました。

地域周産期母子医療センターとして、NICU（新生児集中治療室）12床、GCU（新生児回復室）24床を備えるほか、ハイリスクの妊婦にも対応できるよう、分娩室エリアに隣接したMFICU（母体胎児集中治療室）を3床新設。手術室も含めワンフロア化することで、急変時の対応もスムーズに行うことができます。

基本理念は、「赤十字精神に基づき、女性と子どもとそして



母子日赤

略称は「母子日赤」。病院のロゴは、赤ちゃんを育むお母さんの体内がモチーフ。子育てをする家族を守り包むような形をイメージしました。赤い色は赤十字といのちを象徴しています。

東京かつしか赤十字母子医療センター <https://katsushika.jrc.or.jp/>

【所在地】東京都葛飾区新宿3-7-1
【病床数】104床（産婦人科一般65、NICU12、GCU24、MFICU3）
【診療科】産婦人科・小児科 【指定・機能】地域周産期母子医療センター

その周囲の人と環境にやさしい病院」。女性・子ども・家族の生活を意識した「すまい」としての空間作りを重視し、院内のデザインは「和レトロ」をコンセプトとしました。病院を利用する皆さんにとって心地良くやさしい病院となり、地域の人々にも親しまれる存在になることを目指しています。



感染症対策&完全個室

プライバシー確保に配慮すると同時に感染症対策にもなる全室個室を実現（差額なしの部屋も含む）。周囲に気兼ねすることなく赤ちゃんとお過ごしことができます



お祝い膳

「伝説の家政婦」として話題のタサン志麻さんが監修したお祝い膳を提供

QR診察券

自分のスマホが診察券に！アプリによるQR診察券を導入し、予約や受付、呼び出しがとてもスムーズになりました



ホスピタルアート

癒しの環境作りを目指し、病院内にはホスピタルアートが散りばめられています。やさしさと癒しが満ちあふれる空間を実現しました



◀ 分娩台のある分娩室以外にも、畳の分娩室も用意
▼ 広々としたNICU



母子ともに安心・安全 災害時にも診療継続できる設備

分娩、出産、新生児管理のワンフロア化で機能連携を強化。建物は災害に強い耐震構造です。葛飾区一帯は水害のリスクが高いことから、万全の防水対策をとり、盛土で建物全体を高くしました。災害時には、外来待合のソファをベッドに変身させることができ、医療ガスの供給も可能です



和レトロ

どこか懐かしい、ふるさとを思い出すような、下町らしい親しみのある「和レトロ」をデザインのコンセプトに。院内の各所に格子状のデザイン「レトロスクリーン」が活用され、病院全体の雰囲気統一しています



図書館

院内1階には、全国的にも珍しく区立図書館が併設。入り口付近には児童書コーナーを設置するとともに、子育て関連や乳幼児向け絵本のおすすめ本コーナーを常設するなど、子どもを迎える・育てる家族が知りたい情報を提供します

信頼され、愛される病院に

無事に新病院完成の日を迎えることができましたのも、皆さまから賜りましたご支援によるものと、感謝申し上げます。これから先は職員が一丸となってこの建物に息を吹き込み、鼓動を震わせ、温もりを与え、母と子とその周りの人々のための病院として信頼され、愛されるように努力を続ける所存でございます。



三石 知左子 院長

患者さんの引っ越しは 万全の安全対策で

感染症流行下での患者さんの引っ越しには、細心の注意が必要です。安心・安全に患者さんを新病院にお届けできるよう、入念なリハーサルを事前に3回執り行い、引っ越し当日を迎えました。NICUの赤ちゃんや分娩室に入院中のお母さんなど、全ての患者さんが無事に新病院に移ることができました。



救急法等の講習

対面で行う講習の実施を見合わせざるを得ない状況となりましたが、日常生活の中で病気やけがなどが突然起こることに変わりはありません。そこで、自宅などで気軽に受講できるWeb会議ツールを活用した「オンライン講習」を全国に先駆け導入。「気軽に受講ができる、質の高い講習」を目指して事業を展開しました。



青少年赤十字 (Junior Red Cross)

令和2年度は都内の629校(園)、183,404人のメンバーが活動に参加しました。医療従事者への感謝を伝える活動、不安や差別に正しく向き合うための活動、感染予防をしながら行うボランティア活動などを実施。オンラインを活用することで国内外のJRCメンバーと交流を深めました。



各校の活動事例はこちらから



国際活動

各国へ派遣された職員の一時帰国や新規の派遣を見送らざるを得ない状況となりましたが、東京都支部では令和2年度、資金協力という形で、ルワンダ共和国で災害や貧困に苦しむ人々への支援事業に参加。青年学生赤十字奉仕団と現地のオンラインによる交流も始まりました。

ルワンダ事業地の様子ははこちらから



©ルワンダ赤十字社

赤十字ボランティア

災害時に備えた活動、地域の清掃活動、献血の呼び掛け、病院等の施設での裁縫活動など、感染防止に努めながら地域のニーズに合わせた活動を行いました。新型コロナウイルス感染症流行の影響で不足した感染対策用のビニールエプロンやマスク、フェイスシールドを各赤十字奉仕団が作製し、都内の赤十字施設に届けました。



感染症の流行で各種活動に制限のある中、それぞれが今できることに取り組みました。
赤十字活動資金へのご協力をいただき、誠にありがとうございました。

令和2年度の活動資金等の報告については、代議員会における審議で決算が承認されたのちに
東京都支部ホームページ (<https://www.tokyo.jrc.or.jp>) に掲載いたします。

Activity
Report

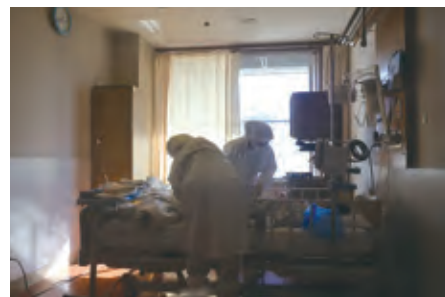
令和
2年度

報告 活動

私たちのジミチな活動は、
皆さまのご協力に支えられています。



災害救護活動



令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の流行により、度重なる感染拡大や緊急事態宣言の発令など、私たちの生活を一変させる1年となりました。

今なお各赤十字医療施設では、ひつ迫する医療体制を支えるべく、地域と連携しながら陽性患者を受け入れ、懸命に治療にあたっています。

感染症対応病床の増床、検査・診療体制の整備、衛生管理・感染予防を目的とした施設内の区域分け(ゾーニング)や、医療従事者自身の感染防護などのための資機材は、東京都支部で災害救護時に備え整備していた救護所用パーティションや大型空調機、避難所配備用のラップ式トイレなどを転用することで対応しました。

必死の対応を行っているのは、医療分野だけではなく、献血者の大幅な減少

コロナ禍における 災害対応

に伴い、必要な血液量の確保に向けた取り組みなど、いのちを守る活動に全力を尽くしてまいりました。

また、感染拡大防止やウイルスがもたらす不安・偏見・差別をなくすための情報発信も、さまざまな手法で行いました。

自然災害は、令和2年度も多数発生しました。九州地方を中心に甚大な被害をもたらした「令和2年7月豪雨災害」では、熊本県へ医療救護班や日赤災害医療コーディネートチーム等を派遣したほか、九州各地で救護物資の配布、また、被災地のニーズに添った赤十字防災ボランティアの活動などに取り組みしました。

東京都支部は、災害発生時の迅速な支援が困難と見込まれる島しょ地域に対し、予め毛布等の救護物資やテント等の救護用資機材を配備する活動を進めています。同年10月に発生した「台風14号災害」においては、土砂災害が発生した都内島しょ地域にて、事前に配備していた救護物資・資機材が活用されました。新型コロナウイルス感染症流行時の避難所では感染症対策を考慮した対応が求められますが、避難者用パーソナルテントが、避難者の密集を防ぐために有効に活用されました。



6ページの写真は全て撮影:Atsushi Shibuya

「誰一人取り残さない」国際赤十字のコロナワクチン接種支援活動

国際
NEWS

新型コロナウイルスのワクチン接種が世界中で進められています。ワクチンが効果を十分に発揮するためには、医療従事者や最もリスクの高い人々などへの接種を優先しつつも、公平な方法でワクチンを配分する必要があります。



ワクチン接種会場で登録活動をサポートするバングラデシュ赤新月社ボランティア ©IFRC

なぜ、公平な配分と接種が必要か？

国際赤十字・赤新月社連盟（以下、連盟）の報告によると、これまでに投与された新型コロナウイルスワクチンの70%近くが、世界で最も裕福な50カ国で投与されています。対照的に、最貧国50カ国では0.1%しかワクチン接種が進んでいません（2月現在）。

こうした事態に対し、連盟のジャガン・シャパガン事務総長は、「これは不公平で、パンデミックを長引かせ悪化させる可能性があります。ワクチンの公平な配分は、この公衆衛生上の緊急事態を解決する唯一の方法です。公平な配分がなければ、ワクチンを接種した人でさえも安全ではありません」と警告しています。

連盟は、世界の多くの地域の人々がワクチンを接種できないままだと、新型コロナウイルスは感染と突然変異を繰り返すだろうとも警告しています。ワクチンに反応しない変異株の出現を防ぐためにも、一人でも多くの人々がワクチンを接種することが重要なのです。

赤十字が目指す5本の柱

連盟は2月4日、5億人へのワクチン接種を支援することを目的とした「公平な」ワクチン配分の実現のための計画を発表しています。ここで掲げた「5本の柱」に基づき、各国赤十字・赤新月社が国のワクチン接種の取り組みを支援しています。すでに152の赤十字・赤新月社が各国のワクチンキャンペーンに参加しており、さらに数十の国で政府と協議中です。

バングラデシュ赤新月社^(※)は、全土に公平にワクチンが行きわたるよう、毎日1,700人の地元ボランティアが各地で活動し、ワクチンについての情報提供を行ったり、接種会場での登録作業に従事したりしています。また、自国民以外にも、ミャンマーからの避難民なども公平に予防接種を受けられるよう、政府当局に働き掛けています。

ブラジル赤十字社も、都市部だけではなくアマゾンなど遠隔地に住む住民にもワクチンを届ける活動に取り組んでいます。

オーストラリアでは赤十字の働き掛けにより、一時滞在ビザを持つ人々もワクチン接種が認められることになりました。オーストラリア赤十字社のヴィッキーさんは、「可能な限り多くの人々を対象としなければ、真の意味での感染症流行の根絶にはつながりません。また、移民の中にはワクチン接種の手続きを理解していなかったり、接種に不安を感じていたり、自分が対象者だと思っていない人々もいるため、そのフォローも必要です」と話しています。

これらの活動は、地域に根差した赤十字のボランティアによる地道な啓発活動がカギとなっています。

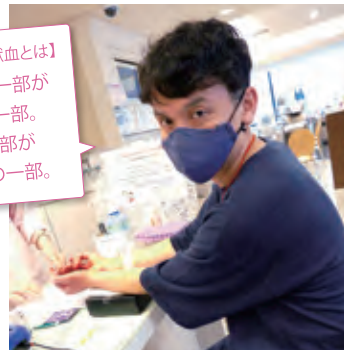
※赤新月社：主にイスラム圏では赤十字ではなく赤新月が使われており、赤新月社といわれている



ブラジル保健省から要請を受け、全国的な予防接種キャンペーンの展開を支援するブラジル赤十字社 ©ブラジル赤十字社

ゴスペラーズの安岡 優さん
献血に行く！

【私にとって献血とは】
あなたの一部が
誰かの一部。
僕の一部が
あなたの一部。



5人組ボーカルグループ「ゴスペラーズ」のメンバー安岡 優さんが、有楽町献血ルームで献血をしてくださいました。「コロナ禍で献血が足りないというニュースを見て」と、なんと17年ぶりの献血！久しぶりの献血ルームは昔に比べて明るく雰囲気が変わったようで、「カフェや図書館の気分で本当に快適！」と話してくださいました。

配備資機材を確認
都内各地域への訪問活動

東京都支部では、都内各地域における、配備資機材および救援物資の保管状況や要望等の意見聴取、コロナ禍での赤十字奉仕団の活動や運営、救急法等の講習や防災セミナーの実施に向けた取り組みを強化するため、各地域を訪問しています。

6月8日は足立区を訪れ、より適切な管理運営を行うことができるよう、担当者と協議を進めました。保管場所の確保が難しいため、資機材の見直しが必要であることが確認されました。



避難所用テントやLED投光器といった資機材や毛布等の救援物資を確認

洗い残しのない手洗いを！
「手洗いチェッカー」に驚きの声

ブラックライトの光で洗い残しを確認

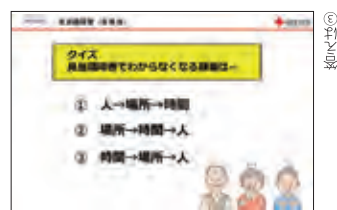
東京都支部では今年度から青少年赤十字（JRC）加盟校に、正しい手洗いができるよう「手洗いチェッカー」の貸し出しを開始。5月17日、東京都立江北高等学校（定時制）の生徒たちが実際に体験しました。洗い残しを確認するため、ブラックライトに手を当てた瞬間の生徒の反応は新鮮。「自分の洗い残しに驚いた」「（働いている飲食店で）いつもやっている洗い方をしたから大丈夫だった」など、それぞれの気づきにつながりました。

お知らせ

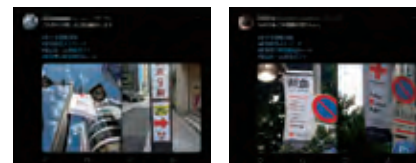
「認知症」を学ぶ
クラスがオンライン講習に登場！

東京都支部で開催しているオンライン講習に、「健康生活支援講習～みんなで支える認知症」が加わりました。認知症の主な症状や特徴をケーススタディで分かりやすく説明。症状を理解して対応すれば、本人も安心して過ごすことができ、家族の負担も減ります。講習では、頭を使いながら体を動かす運動「コグニサイズ」も。「救急法」「幼児安全法」もオンラインで実施しています。

「認知症」のクラスは、7/12（月）と9/29（水）に開催予定。詳細や申込はこちらから→

5月の赤十字運動月間
フラッグを掲出してPR

大久保通りのフラッグ



新宿通りのフラッグ写真をツイート

赤十字運動月間の5月、新宿通りと大久保通りに赤十字フラッグが登場しました。献血ルーム新宿ギフトと新宿東口駅前献血ルームでは、フラッグもしくはルームの写真をツイートした献血者に記念品をプレゼントするキャンペーンも実施しました。

ANAグループから毎年恒例
すずらんなどのプレゼント

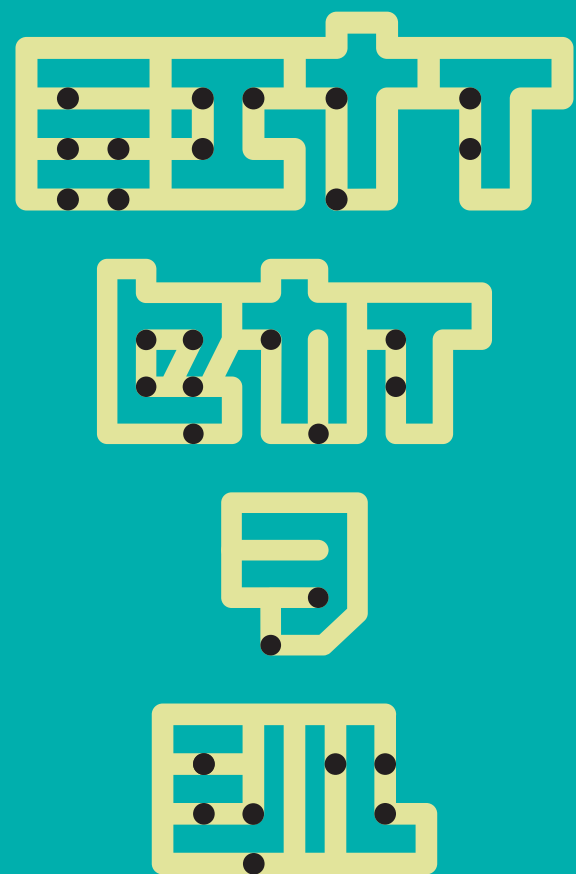
ANAグループから、武蔵野赤十字病院、大森赤十字病院、東京かつしか赤十字母子医療センターに、すずらの花とオリジナルのしおりが届きました。66回目となる今年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各地での贈呈式は行われませんでした。全国の赤十字病院などに、「すずらの花」鉢植え204鉢、切り花1,092束、社員によるイラスト



が添えられた「しおり」約1万5,500枚が届けられました。



「マスクをしていてもいい香り！」としおりを手にした患者さん（大森赤十字病院）



人間は情報の83%を視覚から得ているといわれています。

(聴覚11%、嗅覚3.5%、触覚1.5%、味覚1%)※

目の不自由な人はどのように世界を見ているのでしょうか。

目を閉じる＝見えない世界ではありません。

垣根のない社会を作るためにも、まずは知ることから始めませんか？

見ることを意識しない世界に触れてみてください。

※産業教育機器システム便覧(教育機器編集委員会編 日科技連出版社 1972)

特集
見えない世界を知る。



image:Macrovector-Freepik.com

盲導犬



外出の際、目的地までの歩行をサポートするパートナー。左端に沿ってまっすぐ歩き、障害物を避けるなど、目の不自由な人が安全に歩けるよう誘導します。ユーザーの指示に従って歩いているので、例えば信号の青・赤の判断はできません。音が鳴らない横断歩道などでは、ユーザー自身が車の流れている音を聞き取り、盲導犬に「進め」の指示を出しています。交差点などでは「赤ですよ」「青になりましたよ」と声を掛けると良いサポートになります。

注意！

仕事中の盲導犬に次のようなことはしないでください。犬の名前を尋ねるのもマナー違反です。

- ・声を掛ける、目をじっと合わせる
- ・食べ物を見せる、与える
- ・なでる、ハーネス（胴輪）を触る
- ・自分のペットに近づける

点字



指先の触覚で読み取る文字。凸点を左から右へと触読します。1文字が6個の点の組み合わせで構成されており、お酒のアルミ缶やエレベーター、家電などにも表記されています。最近はパソコンやスマートフォンによる音声ソフトの普及も進んでいますが、「歳を取ると耳も遠くなります。その時のためにも点字の習得は必要だと思います」と風間さん。

白杖



歩行の際に、安全を確保しながら周囲の情報を集めるために使用するのが白杖（盲人用安全杖）。目が不自由であることを周囲に知らせる役割もあります。「さまざまな理由から白杖を持つことをためらう人も多いのですが、1人で歩くためには欠かせません」（風間さん）。

点字ブロック



足裏や白杖で触れて安全に歩けるよう、路面や床面に敷設されています。「誘導ブロック（線状ブロック）」は、突起の方向に従って進むことができますよう設置されています。「警告ブロック（点状ブロック）」は、階段前、横断歩道前、誘導ブロックが交差する分岐点、案内板や障害物の前など、注意すべき位置を知らせます。「内方線付き点状ブロック」は駅ホームなどの端に設置されています。

注意！

点字ブロックの上に駐車・駐輪されていたり、通行の邪魔になるものが置かれたりしていませんか？障害物があると、白杖が絡んで折れてしまったり、ぶつかってけがをしたりして非常に危険です。点字ブロックは街を安全に歩くための道しるべ。街中にある点字ブロックを気に留めてください。

私たちができるサポートは？



どこへ行こうか迷っている感じだったら、まず「お手伝いしましょうか？」などとさりげなく声を掛けてほしいです。いきなり腕を掴まれたりすると驚いてしまいます。駅のホームなどでは、「〇号車の〇両目あたりにいますよ」など、具体的に位置や状況を説明してもらえると助かります。

ただし、駅のホームから転落しそうな時など、危険な時は声掛けだけでは不十分なので、腕などを掴んで「危ない!」と教えてください。声だけでは、自分に対して言われていると気付かない場合があります。

なかには、手助けを必要としなかったり、不快に感じたりする方もいらっしゃる。相手が必要としているのかもさまざまです。手助けを断られた時は、「大丈夫ですね。お気を付けて」と、気持ちよく立ち去っていただけたらありがたいです。



images:Macrovector-Freepik.com

「見えない世界」について知ろう！

～私たちができること～



image:Vectorjuice-Freepik.com

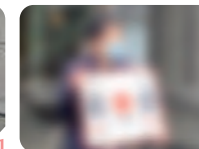
はくじょう

白杖を持った人や盲導犬と共に歩いている人が困っていたら、あなたはどうしますか？サポートするにも、まずは知ることが大切。町田市点訳赤十字奉仕団の高野さゆり委員長と、奉仕団員の風間幸子さんに、視覚障がいについて教えていただきました。

視覚障がいとは？

視力や視野など、視覚を用いた日常生活に困難があること。全盲のみでなく、眼鏡などを使っても一定以上の視力が出ないなどの弱視（ロービジョン）も含まれます。歪んで見えたり、白くぼやけていたり、視野が欠けていたり、中心だけが見えたりなど、見えにくさもそれぞれです。

等級は重い順に1～6級まであり、日本全国で約31万人（厚生労働省「平成28年生活のしづらさなどに関する調査」より）が視覚障がいによる身体障害者手帳を所持。生まれつき見えない人よりも、病気や事故により後天的に見えなくなる人の方が多いです。



見え方の一例

- 1 障がいのない見え方
- 2 白くかすむ、全体がぼやける
- 3 見えない部分がある
- 4 中心のみ見える

音やにおいも大事な情報

風間さんは、10代の頃に目の病気で失明。それまで見てきた色・景色・人の顔などが、現在でも記憶として残っているそうです。犬は苦手でしたが、子育てする際、盲導犬が必要と感じ、現在は5代目パートナーと暮らしています。

「地図を思い浮かべて、あらゆる音とにおいを頼りにして街を歩いています」と風間さん。車の走る音や、駅の出入口・改札の誘導チャイム、音響式信号の音などは、目の不自由な人にとって重要な情報です。昔は商店街にもにおいがあり、それも頼りにしていたとか。「魚屋さん、肉屋さん、お花屋さん…今は街からにおいがなくなってしまっって残念ですね」。

町田市点訳赤十字奉仕団

昭和57年に結成。本や地図、絵本、将棋など、さまざまなものを点訳しているほか、点訳体験授業や点字触読指導などを通じ視覚障がい者支援活動を行っている。市役所・図書館等への点訳協力や、点訳書の寄贈も。「正しく分かりやすい点訳をするためには校正力などの技術も必要です。私たちの活動が少しでもお役に立てればと願っております」

町田市点訳奉仕団 高野さゆり委員長（左）、奉仕団員の風間幸子さん





つながりの豊かさを感じてほしい

アテンドスタッフ 瀬戸 洋平さん

私は子どもの頃、病気が原因で失明しました。周囲の手助けが欠かせませんが、そんな私たちが、ダイアログ・イン・ザ・ダークではアテンドによって人を楽しませることができると知り、衝撃を受けました。ここでは、アテンドを含め全員が対等な人間同士として対話し、ともに旅の世界を作り上げていきます。

暗闇の旅を経験することで、人とつながる安心感や、つながりの豊かさを感じてもらえると思います。そして、ここでの余韻が“対話の種”となって、それぞれの日常生活の場に広がっていき、障がいがあってもなくても、お互いが対等に対話できる関係性が花開いたら、とてもうれしいですね。

見えない世界はとても刺激的！

ダイアログ・イン・ザ・ダーク体験記

何 も見えない世界を歩くなんて、自分にできるの？ 怖くて歩けないかも——というのが最初の率直な思い。初めて白杖を持ち、かなり緊張して旅に臨みました。

暗闇の中でも、音からの情報で相手との距離感など多くのことが分かります。「音が頼りだから、いつもより集中して聞いたよ。普段どれだけ真剣に人の話を聞いていなかったか！」と感想を語るメンバーもいました。

手で触るだけでなく、足の感触も重要。固い床もあれば、ざらざらした路面、点字ブロックのようにゴツゴツした感触。土や草のやわらかな踏み心地……。いかに視覚に頼って普段生活しているのか、改めて実感しました。

旅の中で電車に乗りましたが、無事に乗車するまでの緊張感といたら！「次は右に曲がるよ」「ここに電車の窓があるみたい」など、皆で声を出し合い、助け合えるかが、旅を楽しむポイント。旅の間はさまざまな音が聞こえてきます。「これは、〇〇の音じゃない？」と一人ひとりの考えに耳を傾けるのも楽しいひと時です。同じ音を聞いているのに、感じ方は人それぞれ。その違いが実に面白い！

旅の感想を語り合う中で、「見えている世界は時間軸が早いよね」



という言葉が印象に残りました。いつもと違う時間の流れや人との関係性を感じたことで、自分の中のさまざまな感覚が刺激されました。

INFORMATION

ダイアログ・イン・ザ・ダークとは？



※新型コロナウイルス感染拡大により休館している場合があるため、事前にお問い合わせください。

ドイツで1988年に生まれたソーシャルエンターテインメント。これまでに世界50カ国以上で900万人を超える人々が体験しています。日本では1999年11月の初開催以降、23万人が体験。現在は、東京・竹芝のダイアログ・ミュージアム「対話の森®」と東京・神宮外苑の「内なる美、ととのう暗闇。」、大阪の「対話のある家」が常設されています。東京・竹芝の「対話の森®」では、音のない世界での対話を楽しむ「ダイアログ・イン・サイレンス」、歳を重ねることについて考えながら生き方について対話する「ダイアログ・ウィズ・タイム」も体験できます。

体験チケットを3名にプレゼント！ 詳細は28ページ。

ダイアログ・ミュージアム「対話の森®」

♥ 東京都港区海岸一丁目10番45号
アトレ竹芝シアター棟1F
ダイアログ・イン・ザ・ダーク

🕒 11:00～21:00（日程により異なる）
詳細はチケットページまで／¥参加費＝大人3,850円、中高生・大学・大学院生2,750円、小学生1,650円（小学生は保護者の方の同伴が必要）／🕒体験時間＝約100分間（事前予約制）／📞チケット予約はこちらから↓

<https://taiwanomori.dialogue.or.jp>

「見えない世界」を体験する 暗闇の中での対話 ～ダイアログ・イン・ザ・ダーク～

視覚障がい者のアテンドで

見えない世界を体験してみませんか？——暗闇の空間で視覚以外の感覚を使い、日常生活のさまざまなシーンを体験するソーシャルエンターテインメント、ダイアログ・イン・ザ・ダーク（DID）。そこには暗闇体験にとどまらない、豊かな対話の世界が広がっています。

東京・竹芝にある「対話の森®」。ここで暗闇の世界を旅することができます。6人程度が1組となり（現在、新型コロナウイルス対策のため人数を制限、視覚障がい者のスタッフが旅のアテンドを務めます。一人ずつ白杖を持って、いざ出発！）

見えない世界を歩くコツは、アテンドスタッフが教えてくれます。例えば、お互いの距離感を知るには白杖同士をタッチさせればOK。音や感触、においなどの感覚を研ぎ澄まして進んでいきます。

不思議なことに、旅をしている間は真つ暗闇の世界にいるとは感じません。それぞれが自分のイマジネーションの世界を見ている、と言えば良いでしょうか。視界がなくても、私たちは世界を見ることができるよう。

視覚を使わずに人とコミュニケーションを取ることも新鮮な体験です。相手の名前を呼ばなければ対話できません。いつもとひと味違う経験は、普段のコミュニケーションを見直すきっかけにもつながりそうです。



ともに視覚障がい者柔道の選手として活躍する廣瀬悠・順子さん夫妻。柔道選手として将来を期待されていた中で目に障がいを負い、いったんは柔道をあきらめるも視覚障がい者柔道で復活を果たしました。パラスポーツ界きってのおしどり夫婦としても知られるお2人に、視覚障がい者柔道に出会うまでの道のりや、夫婦円満の秘訣について伺いました。

柔道を始めたきっかけは

少女漫画の主人公の姿

——柔道との出会いを教えてください。

順子さん 柔道に取り組む少女が主人公の漫画を読み、男の子を投げ飛ばす姿がカッコいいなと憧れたのがきっかけです。高校1年の時にはインターハイにも出場しましたが、大学に進学した1カ月後、膠原病にかかって半年ほど入院生活を送りました。その時の合併症で視力が落ちてしまい、現在は中心の視野が全くありません。周りがぼんやり見える程度です。

入院中はICU（集中治療室）に入っていた時期もあり、命の危

険もあったため、退院する時に視力が戻らないと聞いた時も、「ああ、やっぱり」となんとなく心の準備はできていました。見えにくくても前に進むほかないのだから、毎日を楽しく過ごそうと決めました。

悠さん 僕は小学校2年の時、同級生に誘われて柔道を始めました。とても厳しい道場でした。僕も高校時代はインターハイに出場しましたが、17歳の時に緑内障であることが分かり、18歳で眼圧を下げるための手術を受けました。医者から、柔道で投げられた時の衝撃に目が耐えられないから柔道はやめるようにと言われ、柔道はいったんあきらめました。現在、左目の中心はほぼ見えず、右目に

失敗しても、チャレンジは

自分の力になる 視覚障がい者柔道に出会って

帰りました。

悠さん 僕は柔道での進学をあきらめ、その後、盲学校に入ったのですが、そこでの担任の先生が陸上競技の元パラリンピック選手

だったのです。家庭訪問の際、僕がそれまでに獲得したトロフィーやメダルを見て、パラリンピックに出るよう勧めてくれました。ちょうど、北京パラリンピックの数年

廣瀬 悠 ● Haruka Hirose

1979年生まれ。小学校2年で柔道を始め、高校時代はインターハイに出場。17歳の時に緑内障を患い、視覚障がい者柔道へ。2008年北京パラリンピック5位(100kg級)、2016年リオデジャネイロパラリンピック9位(90kg級)。現在は妻である順子選手のコーチを務める。



中心の視野が少し残っている程度です。

柔道ができなくなって

自暴自棄になったことも

順子さん 退院して大学3年まで

前という頃。父親も「北京に応援に行きたい」と言うので、パラリンピックに行けたら親孝行になるかな、と思いました。目が悪くなつてからは自暴自棄になって家で暴れたこともあり、両親には迷惑をかけたので…。

柔道から離れていた時期は、体を動かせずに苦しかったですね。今の方が目の状態も良くて、柔道を再開してからの方が視野の欠損も進まずに済んでいます。

組み手から始まる

視覚障がい者柔道

——視覚障がい者柔道の特徴は？

順子さん 健常者の柔道とは違い、「組み手」から始まるのが大きな特徴です。競技を始めたばかりの頃は、技をどう崩せるのか、どうやって力を入れればいいのかなど、よく分からず戸惑いました。健常者の柔道とは別の競技だと思うほど違います。

技がすぐにかけるので、技

はるか
悠さん
廣瀬 順子さん

の攻防がとても激しく、1本が取りやすい柔道とも言われています。最後の最後に逆転することも障がい者柔道の魅力なので、観戦する時は一瞬も目を離さずに見ていただきたいと思います。

悠さん 障がい者スポーツの中では珍しく、弱視と全盲の選手が全く同じルール・同じトーナメントで戦います（次回のパリパラリンピックから全盲と弱視はクラス分けされる）。全盲の選手は不利なのですが、最近はどうも強くなっています。特に男子60kg級には注目です。全盲の選手は肩に丸い赤印を着けているのですが、彼らが活躍すると、「あそこまで強くなるんだ」と私たちも励みになります。全盲の選手の強さも、ぜひ見ていただきたいポイントです。

柔道選手として

お互いを尊敬しながら

——お2人が知り合ったきっかけは？

順子さん 2013年にアメリカの国際大会で一緒になったのが最初です。初めて会った時の印象は、「よくしゃべる、変なおじさん」でした（笑）。翌年にもアメリカで試合があつて、そこで親しくな



廣瀬 順子 ● Junko Hirose

1990年生まれ。小学校5年で柔道を始め、高校時代はインターハイに出場。19歳の時に膠原病を患い視覚障がいを負う。2016年リオデジャネイロパラリンピック(57kg級)では、日本女子として初のメダル獲得となる銅メダルに輝いた。



「辛いことも楽しく」「考えるよりも行動」と常にポジティブ



2016年のリオデジャネイロパラリンピックで獲得した銅メダル

—— パラリンピックに向けた決意を。
順子さん 2人で出場して、金メダルに向けて頑張りたいです。
悠さん 僕は年齢的にも集大成の試合になると思っています。今まで応援してくれた方たちに、一つでも多く試合を見てもらえるよう頑張りたいです。順子選手のコーチとしては、もちろん金メダルを目指します。
チャレンジを続けることが目標達成の一番の近道
—— 今、コロナ禍で皆、大変な思いをしています。これまで大きな

壁を乗り越えてきたお2人から、メッセージをお願いします。
順子さん 私は病気を経験した中で、人生はいつ何が起こるか分からないと強く感じました。だから、迷ってチャレンジせずに終わるよりは、チャレンジして後悔しない方がいいと思います。努力したからといって必ず結果を出せるわけではありませんが、例えば結果が出なくても、努力したことは自分の人生を助けてくれると思うし、チャレンジを続けることが目標を達成する一番の近道だと信じています。
悠さん 僕たちは、障がいを持つ時から、制限された中で「できること・行動すること」を考えてやってきました。だからコロナ禍でも気持ち折れずにいられたし、練習を続けてこられました。もし今、壁にぶつかっていたとしても、考えるよりもまず行動を起こす、それが大事かなと思います。（ア）



2人のストレス発散方法は旅行すること。「(コロナ禍で)現在は行けませんが近くの離島に行ったりリフレッシュしています」

悠さん 順子さんは視野の中心が見えないので、料理の後など、どうしてもキッチンが汚れてしまうんです。僕の方が見えるので、黙って片付けています。でも、5回に1回くらいは文句を言ってしまうかな(笑)。
順子さん 楽しくやっていきたいというところがお互いに一致しているので、円満にやれ

りました。2015年、私の方からプロポーズして結婚しました。
悠さんは、柔道への取り組み方が私と真逆なんです。私はすごく思い詰めて練習してしまうところがあるのですが、悠さんはすぐ樂觀的に考える。私もその姿勢を取り入れることで、今は前向きに楽しく柔道に取り組んでいます。
悠さんはどこにいてもムードメーカーで、試合でも練習の時でも、緊張せず普段通りのモチベーションでやっている。そういうところが柔道選手としてすごいと感じています。

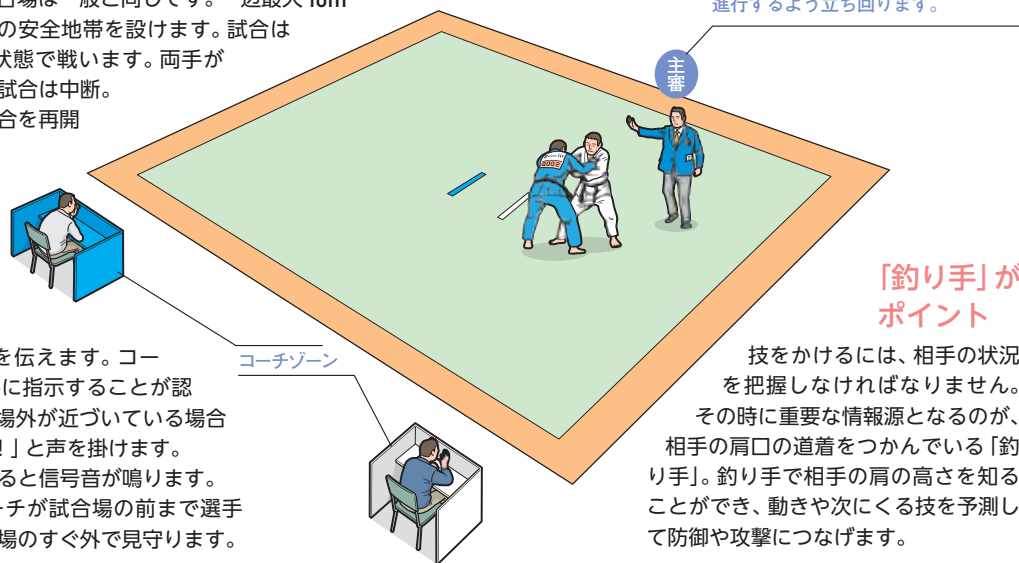
悠さん 順子さんのすごいところは、私生活でも柔道でも、あきらめないところ。柔道もはじめは世界ランク7、8位でしたが、最高2位まで上がりました。家事も最初は全然できなかったけれど、今は随分できるようになったと感心しています。
順子さん 悠さんの方が私より家事ができるので、たまに悠さんの不満が爆発して喧嘩になることもあります。15分くらいで仲直りします(笑)。悠さんの明るい性格のおかげで、結婚してから私生活も柔道選手としても楽しい方に向いているので、結婚して良かったと思っています。

知れば、もっと楽しくなる！—— ルールの特徴

試合場は一般の柔道と同じ

視覚障がい者柔道も、試合場は一般と同じです。一辺最大10mの正方形で、周囲に3mの安全地帯を設けます。試合は両者が常に組み合った状態で戦います。両手が離れた場外に出ると、試合は中断。中央で再度組み合い、試合を再開します。

審判は選手の腕を保持して試合場の中央に誘導するなど、試合がスムーズに進行するよう立ち回ります。



音や声で情報を伝える工夫

選手には声や音で情報を伝えます。コーチのみ、声を出して選手に指示することが認められています。また、場外が近づいている場合は、審判が「場外！場外！」と声を掛けます。試合時間が残り1分になると信号音が鳴ります。試合が始まる際は、コーチが試合場の前まで選手を誘導し、試合中は試合場のすぐ外で見守ります。

「釣り手」がポイント

技をかけるには、相手の状況を把握しなければなりません。その時に重要な情報源となるのが、相手の肩口の道着をつかんでいる「釣り手」。釣り手で相手の肩の高さを知ることができ、動きや次にくる技を予測して防御や攻撃につなげます。

イラスト：公益財団法人日本障がい者スポーツ協会発行「かんたん！柔道ガイド」

ているのかなと思います。家事の分担は特に決めていなくて、お互い気になった方がやる、そして、やってもらった時は「ありがとう」と感謝の気持ちをきちんと伝えるようにしています。

接する機会があれば障がいへの理解も進むはず

—— 視覚障がいがあることで不便を感じることは？

悠さん 例えば生命保険や住宅ローンなどについて、障がい者というだけで場合によっては審査に通らないこともあり、大変です。少しずつ良くなっているようにですが……。障がい者に対して、「守ってあげなさい」「助けてあげなさい」というのも、障がい者を低く見ているのでは？と感じることがあります。柔道でも、私たちは高校などの部活に混ざってもらって練習をしています。健康者の生徒たちと対戦すると多くの子は、初めは気を遣って手加減してくる。もっとも、一緒にやっていくうちに距離感は縮まっています。
順子さん 障がい者について本を読んで勉強するよりも、実際に話して交流することが一番の理解になるように思います。障がいとい

ても一人ひとり、見え方や助けて欲しいことは違うので、実際に接してみてほしいと思います。

コロナ禍でも今できる練習を続ける

—— コロナ禍による影響は？
順子さん 昨年の3〜4月は道場も閉まってしまい、全く練習できない時期もありました。合宿や国際大会も全て中止となってしまうので、この1年半ほど、地元での練習しかできていない状況です。パラリンピックの延期でモチベーションがすごく下がってしまったのですが、悠さんが、「コロナ禍でも、今ここでできるトレーニ



オンライン取材の際も、画面から2人の仲睦まじさがあふれていました



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)

内視鏡部部長 兼
消化器内科副部長
千葉 秀幸
Hideyuki Chiba



がん検診を受けていますか？ いまや日本人の約2人に1人が一生のうちにがんにかかるといわれています。そのため、予防と同時に、がんになったときにいかに早く対応できるかも重要です。

現在、がん検診は、肺がん、胃がん、大腸がん、乳がん、子宮がんなどで行われています。胃がん検診はこれまでバリウムによるものが主流でしたが、最近では胃カメラによる検診が進んでいます。

低い大腸カメラの検査率

一方で大腸がんは便潜血検査が簡単な検査方法として広まっております、陽性の場合に大腸カメラを勧められます。しかし、陽性であつても実際に全国で60〜70%の方しか大腸カメラ検査を受けていないことが報告されています。

これは、がんになる前段階のポリプなどを治療するチャンスを見逃している可能性があるということです。検査結果が陽性であった方はぜひ、一歩勇気を出して大腸カメラ検査を受けていただければと思います。昨今の新型コロナウイルス感染症の流行により内視鏡検査による感染が心配されていますが、検査を受ける人、検査をする人、周囲のスタッフが正しく感染

対策に取り組んでいます。武蔵野市訪問看護・訪問リハビリ事業者連絡会議では、事業所内の感染、濃厚接触者扱いとなった事案に対し、速やかな情報共有をオンラインで行っています。

また、感染拡大時に備え、予防対策に関する市内共通の通知文を、市役所の担当課と協議し作成、各事業所に配布・活用しました。さらに、小規模事業所において職員のワクチン接種が遅れていた問題については、医師会の協力を得ながら接種の機会を確保しました。

今後も、病院併設事業所の強みを活かしながら、地域の訪問看護ステーションとの連携強化によって、^{※3}地域包括ケアシステム発展の一役を担えるよう活動を広げていきたいと思っています。

^{※1}…訪問看護を行う看護師などが所属している事務所
^{※2}…急性期の患者に対し、状態の早期安定化に向けて、診療密度が特に高い医療を提供する病院
^{※3}…団塊の世代が75歳以上となる2025年を目前に、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供する体制のこと

消化管のがんは早期発見・早期治療を

これまで、がんの内視鏡治療はサイズの小さい腫瘍が対象でしたが、多くのデータ解析や技術の進歩によって近年、対象となる腫瘍の範囲が広がりました。

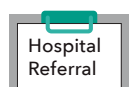
転移の可能性がない初期のがんは、お腹を切らずにがんを切除する内視鏡治療(ESD)内視鏡的粘膜下層はく離術)によって、かなり大きな腫瘍でもお腹を全く痛めずに摘出することができるようになりました。

早期がんには症状がほとんどない

ただし、この恩恵を受けることができるのは、がんを早期で発見できていることが大前提です。早期がんには症状はまずありません。ぜひ、手元にあるがん検診の案内を改めて見直してみてください！

チャンスを逃さないで！

消化管のがんは早期発見・早期治療を



消化器内科の診察風景



内視鏡治療中は、きちんと感染防護をしながら処置をしています



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)

訪問看護ステーション 係長
豊島 麻美
Mami Toyoshima



武蔵野赤十字訪問看護ステーション^{※1}は、武蔵野赤十字病院併設の事業所として1993年4月に開設されました。職員構成は、常勤看護師7人と常勤事務員1人です。

訪問看護ステーションの訪問区域は、隣接する三鷹市・小金井市を含む3km圏内を中心とし、介護・医療保険両方の訪問看護に対応しています。ステーションの特徴としては、^{※2}高度急性期病院の併設施設としてのがん治療の継続や、手術後の医療処置を家庭で行う支援、終末期にある方のケアが多いことが挙げられます。令和2年度の利用者は月平均80〜90人。入院を機に訪問看護がスタートするケースが目立っています。

5年ほど前から院内看護師の人事交流も活性化し、今年度は4月から3人、5月から1人が訪問看護ビギナーとして活動をスタート。既存のメンバーと共に、これまでの経験や技術を最大限に活かしながら、安心して療養生活を送っていただけるよう頑張っています。

地域と連携した取り組み

新型コロナウイルス感染症に対しては、利用者や訪問看護職員、介護関係者の感染予防として、地域の訪問看護ステーションと連携し

て対策に取り組んでいます。武蔵野市訪問看護・訪問リハビリ事業者連絡会議では、事業所内の感染、濃厚接触者扱いとなった事案に対し、速やかな情報共有をオンラインで行っています。

また、感染拡大時に備え、予防対策に関する市内共通の通知文を、市役所の担当課と協議し作成、各事業所に配布・活用しました。さらに、小規模事業所において職員のワクチン接種が遅れていた問題については、医師会の協力を得ながら接種の機会を確保しました。

今後も、病院併設事業所の強みを活かしながら、地域の訪問看護ステーションとの連携強化によって、^{※3}地域包括ケアシステム発展の一役を担えるよう活動を広げていきたいと思っています。

^{※1}…訪問看護を行う看護師などが所属している事務所
^{※2}…急性期の患者に対し、状態の早期安定化に向けて、診療密度が特に高い医療を提供する病院
^{※3}…団塊の世代が75歳以上となる2025年を目前に、高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援を一体的に提供する体制のこと



訪問看護のスタッフたち



一人ひとりの状態に合わせた看護の提供を目指しています

住み慣れた場で療養の継続を

訪問看護ステーションの役割



武蔵野赤十字保育園

自分の命を守るために
避難の“お・か・し・も・ち”

“お・か・し・も・ち”
の確認！



火(赤い旗)を
めぐって消火！

武蔵野赤十字保育園では4月21日、4歳、5歳の子どもと先生で「ひなんのおはなし会」をしました。始めに4歳と5歳の子どもだけで、避難靴の履き方、防災頭巾のかぶり方を確認しながら園庭に避難。先生が「地震や火事などの災害があったときは何をしたらよいのかな?」「いつも避難訓練のときに何をしているかな?」と聞くと、子どもたちは「机の下にもぐる!」「口を押さえる!」などと元気に答えていました。その後は、避難時に大切な“お・か・し・も・ち(おさない・かけない・しゃべらない・もどらない・ちらばらない)”を確認し合いました。

ちゃんとできたよ!“お・か・し・も・ち”

「おはなし会」では消火器が置いてある場所や使い方も説明。赤い旗を火に見立て、消火器を使って火を消すと、子どもたちは「すごい!」と目をキラキラさせて、歓声を上げていました。夕方には園全体での避難訓練を行いました。4歳、5歳の子どもは、避難時に大切なことを意識しながら、いつもより早く避難することができました。

自分の命を自分で守れるよう、これからも子どもたちと練習をしていきたいと思います。

赤十字子供の家

小さな生き物たちとの
出会いと別れWELFARE
FACILITY
NEWS

新型コロナウイルス感染症の流行で、制限の多い生活が続いていますが、天気の良い日には感染症対策に努めながら公園に遊びに行くこともあります。暖かい日も増えてきた5月には、近所の公園へ水遊びに出掛けました。

びしょびしょになりながらも全身で楽しみ、きゃっきゃと笑って満足そうな子どもたち。中には、生き物捕りに夢中になる子も。ドジョウやオタマジャクシ、ザリガニ、メダカなど、さまざまな生き物が子供の家のお部屋にやってきて、にぎやかになりました。

命と触れ合う中で成長

捕まえた生き物には名前をつけて、みんなで大切に育てています。その生き物が何を食べるのか、どんな環境が良いのかなど、図鑑を広げたり、職員と一緒に調べたりして関心を広げ、生き物の成長や仕草を喜びながら毎日観察しています。

小さな命と関わるため、時には別れも経験します。丁寧に墓を作って、「お部屋に来てくれてありがとう」「天国で楽しく遊んでね」などと声を掛けながらお花を添える子どもたちに、優しさや成長を日々感じています。

ちゃぶちゃぶ!
冷たい!



今、跳ねたよ!
大きくなってきたね



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。

献血ありがとうの声をあなたに

～輸血経験を教えてください～

BLOOD
PROGRAM
NEWS

皆さまから献血でご協力いただいた血液は、
病気や怪我の治療のための輸血用血液製剤として、患者さんの元へお届けしています。



輸血を受けて元気になった
森下理奈さんからの感謝の言葉(一部抜粋)

滴下筒(右図)にゆっくりと落ちていく血液を見ながら、「どんな人の血なんだろう?」「どんな思いで献血してくれたんだろう?」など考えていたのを鮮明に覚えています。

「人は一人では生きていけないってこういうことなんだ!」と改めて実感し、感謝で胸がいっぱいになりました。

体だけでなく心も元気になる、輸血の威力の偉大さに感銘を受けました。



入院中も回復を信じて頑張りました

退院祝いでもらった、
たこ焼き器が気に入りました



元気になって大学で実験中。医学系研究科で免疫学の研究をしています



森下さん
メッセージ全文は
こちらからご覧
いただけます

輸血経験のある方やご家族のメッセージを募集しています

皆さまの声が、献血の大切さを広めることにつながります。

東京都赤十字血液センターでは、輸血経験のある方やそのご家族からのメッセージを募集しています。輸血によって救われたご経験のある皆さまだからこそできる、献血の大切さを広める活動に、ぜひ力をお貸しください。



東京 献血 ありがとうの声

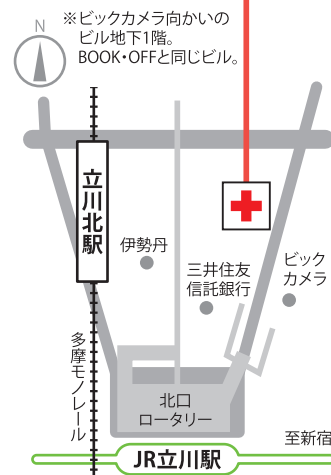


OLレポーターオカモト★日赤とつげきレポ 紹介献血ルーム



木目調の床に、明るい色味のアイテムが置かれた温かな空間

立川献血ルーム



🕒 受付時間

▶ 成分献血

10:00～17:00 (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いただきます

▶ 400・200mL

10:00～17:45 (昼中断なし)

☎ 電話

042-527-1140

📅 定休日

12月31日、1月1日、ビル休館日

📍 場所

〒190-0012
立川市曙町2-7-17
丸井・井上共同ビル地下1階

📞 予約方法

☎ 電話予約

(フリーダイヤル) 0120-30-6002

日・祝・年末年始を除く
9:00～17:20
※献血希望日前日まで

🌐 WEBサイト予約

立川献血ルーム

042-527-1140

(フリーダイヤル) 0120-800-762

休館日、年末年始を除く

9:30～18:30※当日も受付可



ラブラッド
会員のみ



平日に予約し、献血した方を対象にポイントカードを配布中。全血献血(400mL)で2ポイント、成分献血で1ポイントが貯まります。3ポイントで記念品をプレゼント!

NT

Vol.30
2021年7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/settikyoryoku.html>



献血ルーム連続スペシャルも、そろそろクライマックスが近づいてまいりました。今号はローカルな人気を誇る、立川献血ルームにとつげき取材です! 西東京にある献血ルーム※1の中で、献血者数はなんとトップ! それもそのはず、コンパクトなルームの中にあふれる活気! いるだけで元気になれる献血ルームですよ。その魅力をお届けします。

(※1)立川献血ルーム/まちだ献血ルームcomity/献血ルームアサヒタカシマ
※表現上、マスクの描写を一部省略してお送りします。



-Vol.24 立川献血ルーム 編-



Before

After

カーペットが
フローリングに!

パーソナルスペース
を確保!



END



採血室

平日の朝なのに
ほぼ満床!!

これが立川の
マンパワー!!

活動資金協力者(社)・団体のご紹介

皆さま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い合わせは
東京都支部 振興課 03-5273-6743まで

●千代田区	
サンフロンティア不動産(株)	100万円
(株)朝日写真ニュース社	30万円
翔和建物(株)	20万円
中日マテリアル(株)	20万円
(株)インフォーム	10万円
サンベック(株)	10万円
(株)ファーマ・アソシエイト	10万円
●中央区	
高崎 勝之助	13万円
大地 カウ	10万円
梶原 幹雄	10万円
(株)ダイコーホールディングスグループ	30万円
(株)ナチュラルプランツ	18万8,383円
中日工業(株)	10万円
●港区	
神作 麻紀	100万円
中江 宏	100万円
鎌倉 達郎	66万円
宮崎 純一	30万円
(株)ジェイビーホンダエーチェンシス	200万円
(株)bitFlyer	153万5,098円
(株)アジアンドキュメンタリーズ	54万8,460円
(株)稲川良一商店	50万円
イーバートナース(株)	30万円
(一財)世界聖典普及協会	30万円
全日空商事(株)	16万円
日軽エムシーアルミ(株)	10万円
(一社)日本血液製剤機構	10万円
(有)藤井クリーニング	10万円
(株)プライム・オリジンズ	10万円
●新宿区	
野口 倫弘	500万円
亀井 大悟	50万円
下島 博雄	50万円
松田 千鶴	21万95円
陸上自衛隊 システム通信団 石井 敏行	—
(株)STAYERホールディングス	50万円
(株)ルフト・メディカルケア	50万円
(株)遺言執行社	20万円
(医)豊済会	10万円
(有)ボラリスネットワーク	10万円
●文京区	
佐藤 勝彦	10万円
杉田 良之	10万円
(株)プロシップ	400万円
(株)加藤萬製作所	20万円
●台東区	
野口 香代子	10万円
鉄友工業(株)	1,000万円
宝華商事(株)	10万円
玉姫稲荷神社 こんこん靴市実行委員会	10万円
●墨田区	
角谷 かつみ	10万円
●江東区	
(株)システック	500万円
アイリックス(株)	100万円
●品川区	
金森 利幸	10万円
菅野 鴻三	10万円
(株)三和	10万円
(株)葉山国際カンツリー倶楽部	10万円
●目黒区	
山口 嘉之	100万円
(株)昭和イーティング	29万9,560円

●大田区	
池野 公脩	100万円
蓮光院	100万円
アメリカン電機(株)	26万7,460円
嵯峨電機工業(株)	10万円
東京マルコメみそ販売(株)	10万円
●世田谷区	
小嶋 淑子	50万円
小嶋 召子	10万円
郡山 智行	10万円
中島 令一	10万円
三栄製薬(株)	200万円
みその商事(株)	10万円
宮源コーポレーション(株)	10万円
●渋谷区	
角本 伸晃	10万円
(株)レスメッド	107万6,147円
(株)白川プロ	10万円
(株)ミコヤ香商	10万円
矢崎不動産オフィス(株)	10万円
●中野区	
大谷 昌義	125万5,000円
戸原 章子	15万円
ヤシマ工業(株)	10万円
●杉並区	
岡部 好延	10万円
(株)ランロウドオフィス	200万円
(株)サンライズ	50万円
●豊島区	
玉川 陽介	500万円
大手 一憲	30万円
佐伯 弘子	20万円
●北区	
金子 二四男	10万円
矢作設備	10万円
●板橋区	
瀬戸川 睦人	100万円
長尾 トモ子	30万円
日本興志(株)	130万円
(株)ハリカ	—
●練馬区	
横山 浩之	100万円
(株)角産	20万円
日本設備保全(株)	20万円
●足立区	
松本 伊佐子	1,000万円
古庄 勇	50万円
増山 元美	50万円
貴先建設(株)	50万円
中里建設(株)	50万円
(株)アールプリント	32万円
(株)機電サービス	10万円
●葛飾区	
安藤 公二郎	20万円
(株)稲葉製作所	10万円
神田製作所 八親会 会津和俊	10万円
新日本電興(株)	10万円
●江戸川区	
高濱 政夫	500万円
嶋田 慶三	20万円
(株)水域ネットワーク	20万円
関東商事(株)	10万円
●八王子市	
小角 勝美	100万円
田野倉 隆	100万円

齋藤 元泰	20万円
高津戸 道夫	20万円
堀江 京子	20万円
児島 イツエ	10万円
●立川市	
荒井 三代子	20万円
中村 智英子	20万円
中村 陽子	10万円
金子 利津子	10万円
(宗)真如苑	1,000万円
立川市赤十字奉仕団九班一同	15万円
立川市赤十字奉仕団	10万円
●武蔵野市	
山崎 喜哲	10万円
●三鷹市	
飯野 梅代	200万円
河合 直子	30万円
若林 稲美	30万円
小林 実	10万円
志賀興業(株)	20万円
●青梅市	
浜中 教孝	20万円
三和工機(株)	20万円
●府中市	
齋藤 静子	500万円
●昭島市	
小山 善治	15万円
●調布市	
魚返 美智代	250万円
田邊 美春	10万円
ユウキ食品(株)	40万円
(株)オリーヴドゥリュック	10万円
●町田市	
神藏 信幸	100万円
武川 節	100万円
田中 和子	50万円
笠井 和雄	10万円
神蔵興業(有)	100万円
●小金井市	
五師 功仁	10万円
(株)ネクストブレイン	30万円
●小平市	
榎元 俊之	20万円
中村 正美	10万円
●東村山市	
中村 豊一	20万円
●東久留米市	
(株)松川物産	10万円
●武蔵村山市	
河合 統司	10万円
河合 英子	10万円
(有)ワタヤ	10万円
●多摩市	
田口 久志	100万円
インターナショナルフーズ(株)	10万円
●稲城市	
遠藤 四郎	1,000万円
●西東京市	
(有)スタジオ・トゥインクル	30万円
ムサシノ製薬(株)	15万円
●瑞穂町	
匿名	200万円

(敬称略・順不同)

赤十字
Supporters

自分にできる最大限のことをして
人の命を救いたい

三澤 俊徳さん
(赤十字救急法指導員・赤十字水上安全法指導員Ⅱ、
赤十字救護ボランティア、防災教育事業指導者)

先日、外出中に商業施設で人が倒れている場面に遭遇しました。通行人は皆、素通りしていきましたが、私はどうしても放っておけず、気付いたら係員の方に担架やAED、救急車の手配をお願いしていました。

赤十字との出会いは高校時代。バイクの免許を取りに行った際、献血バスが目に残り、献血をしたことが始まりです。もし、バイクで事故を起こすようなことがあれば、社会に何もできないまま人生が終わってしまつかもしれない。献血で自分の生きてきた証を残せればと思います。

また、水泳をやっていたことから赤十字水上安全法の講習を受ける機会があり、それをきっかけに大学時代はライフセービングの世界にどっぷり浸かりました。現在は、赤十字救護ボランティアに登録しているほか、救急法指導員や水上安全



ポリエチレンの袋を使ってご飯を炊く方法を指導



河川敷で行った水上安全法短期講習での指導



「赤十字との付き合いは高校時代から」と語る三澤さん

法指導員としてのボランティア活動も10年目になります。

私の場合、ボランティア活動は「時間のある時に可能な範囲でやること」ではないんです(笑)。赤十字の職員さんにも「三澤さん、会社を首にならない？」などと冗談を言われるくらい、スケジュールをやりくりして参加しています。

指導員として皆さんに伝えるのが楽しくて、今日まで続けてこれました。自分自身の勉強にもなりまし、受講生から「ありがとう」と言ってもらえるとうれしいですね。赤十字のボランティアを通して、人との出会いも数多くありました。指導員のメンバーが長年変わらなことが悩みなので、今後は、後輩の育成もしていければ。指導員の仲間を増やし、知識を広めていきたいですね。

大学時代、「救急事案」に遭遇したこともあります。食事中に仲間の1人が突然、口から泡を吹いて倒れ、唇や顔の色が変わり始めてしまった。赤十字で教わった通り気道を確保したところ、彼はなんとか息を吹き返して、救急隊へ引き継ぐことができました。これからも、自分にできる最大限のことをして人の命を救っていければと思います。

「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つきやすく、
 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。

赤十字は、 ジミチです。

皆さまからのご寄付で、例えば次のような備えに役立てられます



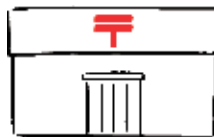
毎月10,000円のご寄付で
屋内型避難用テント×年間12張
 密接した環境となる避難所内で、
 プライベート空間を確保し、
 目隠しシートにより、着替えや
 授乳時のプライバシーを守ること
 もできます。



毎月5,000円のご寄付で
緊急セット×年間40人分
 突如として避難所生活を送ること
 になった際、マスクやウェット
 ティッシュなどの生活必需品
 一式をお届けし、被災された
 方々の健康を守ります。

● ご寄付の方法 ●

■ 郵便局からのお振込み



右の払込取扱票を使ってお振込
 みください。
 郵便局窓口でのお手続の場合、
 払込手数料は免除されます。

記入例

- ① 寄付額
 - ② ご住所
 - ③ お名前
- をご記入ください



■ クレジットカード

1 クレジットカード寄付専用WEBサイトへ



<https://donate.jrc.or.jp/>



赤十字 クレジット 申し込み

2 寄付お申込みフォームにて必要事項を入力



お手続き
完了

3 皆さまの思いは赤十字活動に



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
ダイアログ・ミュージアム体験ギフトチケット
 ダイアログ・ミュージアム「対話の森®」
 ダイアログ・ミュージアム「対話の森®」のプログラ
 ムを体験できるギフトチケットです。チケットは紙
 ではなく、16桁のチケットコードが入った「PDF
 データ」をメールにてお送りします。※画像はイメージ



B. **1** 名様
スエードカードケース
 ダイアナ株式会社
 素材：ベージュスエード×ゴールド型押し。
 サイズ：7.5cm×12.0cm。
 日本製。



C. **3** 名様
3.2インチ防水ワンセグTV/FMラジオ
 株式会社STAYERホールディングス
 防水 (IPX6) なので、お風呂やキッチン
 などの水回りでワンセグテレビとワ
 イドFMラジオを視聴できます。



D. **3** 名様
デイリアミノウォーター
 東京キリンビバレッジサービス株式会社
 ファンケル監修により「体内効率」を
 重視した設計で2種のアミノ酸を配合。



E. **3** 名様
ソルティライチ
 東京キリンビバレッジサービス株式会社
 沖縄海塩で引き出したライチの優し
 い甘みと豊かな香りが楽しめる、おい
 しい塩分・水分補給飲料。



F. **5** 名様
E5系 はやぶさ「新幹線型 microUSBケーブル」
 株式会社アーバン
 カッコいいのに、どこか可愛い鉄道型
 のmicroUSBケーブルです。通電中は運転
 席部分が点灯し、臨場感があります。
 ※ノーズ部分を外すとUSBコネクタが出てきます



G. **10** 名様
ハートちゃんクリアファイル (ストライプ柄)
 株式会社日赤サービス
 サイズ：A4
 ハートちゃんのプリントがかわいい、
 書類やプリント整理にぴったりな定番
 グッズです。

プレゼント応募方法

WEBフォームまたは**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**2021年8月31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	はがき
URL https://bit.ly/3tRwQ8o QR	<p>郵便はがきをご用意いただき、下記必要事項(①～⑩)を明記のうえ、所定の郵便料金の切手を貼ってご応募ください。 ※左の添付はがきからご応募されても抽選対象外となります</p> <p>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ご希望のプレゼント番号 ⑧本誌入手場所 (左のはがき裏面参照) ⑨本誌で良かった記事 (左の掲載記事一覧参照) ⑩本誌の感想 ⑪今後取り上げてほしいテーマ</p> <p>〒169-8540 東京都新宿区大久保1-2-15 日本赤十字社東京都支部 NT編集部あて</p>

読者の声 (vol.29)



災害を身近に感じる今、取り上げられるトピックが災害対応のものや地球環境など全て生活に直結しているものなので、関心高く読み深めています。また日赤の皆さまの活動にも感謝しつつ、自分にできることを日々、その向こうの地球にいかに還元できるか考えながら子どもたちにも示しつつ生活してゆく日々です。 千葉県・46歳・女性 (有楽町献血ルーム)

新型コロナウイルス感染症の猛威が収まらない最中、私たちができる取り組みを続けることが大事だと、改めて気付かせてもらいました。SDGsは、その一つだと思います。来る将来に向け、さまざまな話題を特集し続けていただきたいと思います。 東京都・43歳・男性 (立川献血ルーム)

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

※()はNTの入手場所



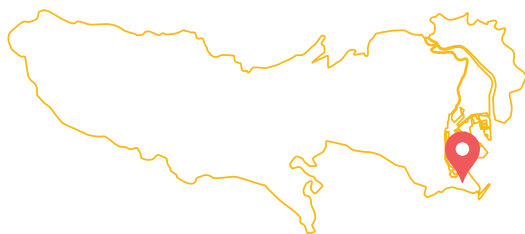
Rediscovery TOKYO

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」。東京をく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/>



羽田の街をさまざまなものから守っているかのようでもある。

あの目見た大鳥居の向こう、広いひろい羽田の空を行き交う飛行機を思い出しながら、ひとやモノ、その他すべてが、再び安心して往来できる日のことを思う。

第23回

羽田

空港のイメージが強い一方で、多摩川の淡水と海水が交わる豊かな漁場である羽田は、かつて漁師町として賑わった水とは縁の深い土地柄だそう。

実際に歩いてみると、空はもちろん、確かに海と川が存在を色濃く感じることができる。

空港から京急空港線に乗り、穴守稲荷神社へ。羽田一帯は、創建当時、空港敷地内にあったこの神社の門前町でもある。

19世紀のはじめ、沿岸を守っていた堤防に穴が開き、大洪水によって開墾中の土地が多大な被害を受けた。その時に住民たちが堤防の上に建てた祠が穴守稲荷神社の由来なのだという。

第二次大戦後、GHQの空港拡張により住民と共に現在の地へ移った際には、大鳥居を移動しようとしたが何度もトラブルに見舞われ頓挫したと伝え聞く。その大鳥居もその後空港の外へと移設され、大空を背景に凛々しい姿を見せてくれている。かつて穴守稲荷神社が洪水から人々を守ったように、いまはこの大鳥居が、空港や海、そして



新型コロナウイルス ワクチン接種のギモン

新型コロナウイルス感染拡大を防ぐことが期待されているワクチン接種。少しずつ始まっている中、気になるギモンをまとめてみました。

Q1

新型コロナワクチンってどんな仕組み？

A 新型コロナワクチンでは、今までとは違う新しい技術が取り入れられています。それが「mRNA(メッセンジャーRNA)ワクチン」と呼ばれるものです。これまでのワクチンは、弱体化もしくは死滅させたウイルスそのものを投与していましたが、今回のワクチンは、人工的に合成したmRNAを体内に入れます。それにより、**体内でウイルスの構成たんぱく質の一部が作成され、それに対する免疫がつく**ことで、本物のウイルスが入ってきた際に感染や病気の発症、重症化を予防します。



Q2

副反応は大丈夫なの？

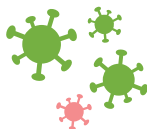


A ワクチンを接種すると体内で免疫をつけるための反応が起き、その影響で副反応が生じることがあります。国内治験(2回接種後)では、**接種部位の痛み:約80%、発熱(37.5度以上):約33%、疲労・倦怠感(だるさ):約60%**、が報告されています。ただし、これらの症状は1〜2日程度で軽快する人が多いようです。また、若年者に比べて高齢者は、副反応が少し出にくいことが分かっています。まれに重大な副反応として、ショック症状やアナフィラキシー症状^{*1}が出る可能性もあります。そのため、ワクチン接種を受けた後、少なくとも15分以上は接種した施設に待機し、体調に異常を感じた場合には速やかに医師に相談しましょう。

Q3

効果はどれくらい続くの？

A 海外の臨床試験では、ファイザー製で約95%、モデルナ製で約94%の有効性が確認されていますが、**効果の持続期間については、まだ明らかになっていません**。ただし、ファイザー社の報告^{*2}によるとワクチンの2回目接種7日後から最長6カ月後までの発症予防効果は91.3%であったとの分析結果が発表されています。なお、2回目を接種してから免疫がつくまでには1〜2週間程度かかると言われています。



Q4

ワクチン接種後、献血してもよいの？

A mRNAワクチンを含むRNAワクチン接種後、**48時間は献血不可**となっています。1回目、2回目の接種とも48時間経過後であれば献血にご協力いただけます。



ワクチンの副作用や効果は、一人ひとりさまざまです。また、ワクチンを接種しても、絶対に感染しないというわけではありません。感染を防ぐために、「**3つの密**」の回避、**マスクの着用、石けんによる手洗い**や**手指消毒用アルコールによる消毒の励行**などの対策を引き続き行っていくことが大切です。

※1: 命に危険が生じ得る過敏な反応が出ること ※2: ファイザー株式会社Press Release (2021年4月5日発表) <https://www.pfizer.co.jp>
参考: 新型コロナワクチンQ&A | 厚生労働省 (<https://www.mhlw.go.jp>)

