

特集 気候変動を考える。



あなたや家族をまもるために 今、備えましょう



災害はいつでもどこで起こるか分かりません。災害後の救助や救援物資の到着までに最低限必要なものを用意したり備蓄したりすることは大事なことです。必要なものは個人によって違うためなかなか難しいもの。あなたに必要なものは何でしょうか。チェックしてみましょう。

赤十字は、動いてる！
ACTION! 防災・減災キャンペーン
上白石萌音さんがナビゲーターとなり、
災害への備えを分かりやすく紹介するWEBサイト

☑ わたしの備蓄品チェックリスト

「はい」がいくつありますか？ あてはまる□にチェックを！

| 自宅で備える | | はい | いいえ | 外出時に備える | | はい | いいえ |
|--------|--|--------------------------|--------------------------|---------|--|--------------------------|--------------------------|
| 01 | 家族の人数分×3日分の食料を用意している。 <small>いつも食べ慣れているものをローリングストック*すると安心</small> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 05 | 外出時、万一来に備えてチョコレートなどのちょっとした食べ物を持ち歩いている。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 02 | 家族の人数分×3L×3日分の飲料水を用意している。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 06 | 持病の薬を持ち歩いている。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 03 | 充電式のラジオやカセットコンロを用意している。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 07 | お薬手帳や飲んでる薬の種類をスマホの画像などで保存し持ち歩いている。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 04 | 災害時の非常用トイレを備えている。 (家族の人数×5回×3日分) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 08 | スマホと一緒にモバイルバッテリーを持ち歩いている。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| | | | | 09 | 家族との安否確認方法を決めている。 (災害伝言ダイヤル171など) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

ストックは7日分あるとさらに安心！

※ローリングストックとは
普段から少し多めに食材などを買っておき、使ったらその分を買い足していくことで、常に一定量を家に備蓄しておく方法
「災害時に備えた食品ストックガイド」出典：農林水産省WEBサイト

あなたは「はい」がいくつありましたか？
自分や家族独自のチェックリストを作ってみましょう

あなたの回答

個

個人によっては、こんな備えがあると安心！ チェックリストに加えてみましょう！

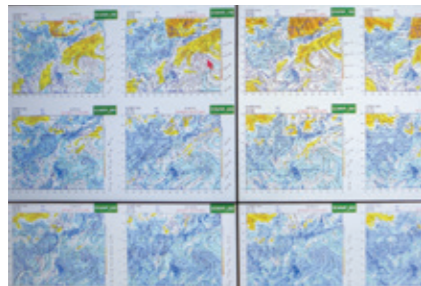
- アレルギーに対応した食品、子どもや乳幼児向けの食品
- 赤ちゃんなどのおむつ、生理用品、肌着用品
- 予備のメガネやコンタクトレンズ、保存液など
- ペットの餌や衛生用品



04 れっどくろす NEWS & TOPICS

06 関東大震災から100年 ～教訓に学び、備えるには～

08 **特集** 気候変動を考える。



©Alexia Webster / Red Cross Red Crescent Magazine



[インタビュー]

気象予報士 森田 正光 さん

18 Hospital Referral

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

21 献血 NEWS

22 福祉施設 NEWS

赤十字子供の家／武蔵野赤十字保育園

23 国際 NEWS

24 行け！レポーター オカモト★ 日赤とつげきレポ —vol.33 ハンドケア・ビューティケア赤十字奉仕団編—

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32回 檜原村—

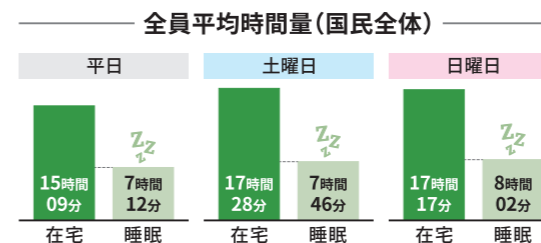
電子ブック版「NT」のご紹介
NTは電子ブックでもご覧いただけます。
ぜひこちらからもアクセスください!



～自分と家族を守ることを考える～

KAGU Anzentaishaku GAME

家具 安全対策 ゲーム
をやってみよう!



平日・土日いずれも、国民全体の平均在宅時間は15時間以上というデータがあります(NHK放送文化研究所による国民生活時間調査2020)。特に就寝中は一番無防備になりますが、未明に起きた阪神淡路大震災など、地震は夜間に発生することも。皆さんや家族の寝室は安全でしょうか?

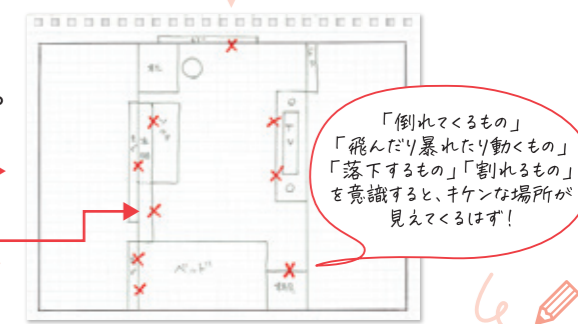
地震で起こる被害をどのように減らすか、あなたの自宅(部屋)の平面図を描き、キケンな場所を把握しましょう。家具の安全対策の必要が見えてくるかもしれません。

Step 1 一部屋の平面図を書いてみよう

Step 2 地震の時、キケンな場所に×を書こう

Step 3 キケンな場所を理解したら、あとは安全対策

準備: 適当な紙(余ったメモ紙でもOK)とペンを用意!



How to 安全対策

落下する・割れる家具は…

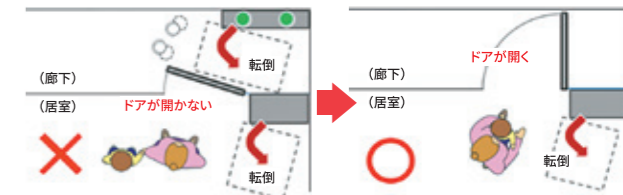
- 固定する
- ガラス飛散防止フィルムを貼る

転倒する家具は…

- 固定する
- 向きや位置を変える
- 重いものは下に収納する

避難経路を確保するには…

- 出入口・廊下にはモノを置かない
- 寝室、幼児・高齢者の部屋にもなるべく家具を置かない



出典:家具類の転倒・落下・移動防止対策ハンドブック(令和4年度版)東京消防庁

家具の安全対策が十分でなければ、迅速な避難など、いのちを守る行動に繋げることができません。
「そのうちやる」では不十分。今できることから始めましょう!
防災に関する知識・意識・技術を高める赤十字防災セミナーもぜひ活用ください。



多摩センター夏まつりで
献血コラボ講習

献血と同じ会場で救急法や幼児安全法を伝える「献血コラボ講習」を、8月12日と26日に、多摩センター夏まつりの広場で行いました。講習会のブースでは、指導員が人形やAED（自動体外式除細動器）を使い、一次救命処置についてワンポイント講習。親子でブースを訪れる人も多く「子どもがいるのでこういう機会ありがたい」との声が寄せられました。



講習後に献血した方もいました

青少年赤十字（JRC）が夏のイベントを行いました



1 妊婦疑似体験をする小学生



2 高齢者疑似体験セットを身に付けて階段の昇り降りを体験する中学生

7月29日、都内のJRC加盟校の小学5・6年生を対象とした「赤十字×チャレンジ」を、8月16日には中学生を対象とした「リーダーシップ×チャレンジ」を実施しました。赤十字について学習し、高齢者や妊婦の疑似体験を通して自分にできることを考え、話し合いました。中学生は国際人道法の学習や避難所を想定したワークにも挑戦。

「学校に戻って周りの人たちに広めたい」「勇気を持って困っている人を助けたい」と頼もしい決意表明がありました。8月2日〜4日には、「ワークショップ×チャレンジ」を実施し、13校から高校生33人が参加。職員から防災、献血、救急法などの講義を受け、行動計画を企画しました。10月に成果発表会を予定しています。

東京都・東村山市合同
総合防災訓練に参加



東京都多摩東部地域を震源とする地震が発生。最大震度7、多摩地域の約2割で震度6強以上を記録。こうした想定のもと、9月3日に東村山市で「東京都・東村山市合同総合防災訓練」が実施され、東京都内の赤十字の職員とボランティア56人が参加しました。東村山市役所では、関東大震災から100年にあたることから、当時の赤十字の救護活動を紹介するパネル展示のほか、展示ブースでは応急手当の方法を青年学生赤十字奉仕団や救護ボランティア、東久留米市赤十字

奉仕団が伝えました。また久米川都営住宅跡地や久米川病院では、負傷者への医療救護や、ご遺体の検案を行う訓練を実施しました。首都直下地震の発生確率は今後30年で70%とされています。万が一に備えて、今後も訓練を重ねていきます。

1 「実災害時も産科としての強みを活かしていきたい」と東京かつしか赤十字母子医療センターの救護班
2 赤十字ボランティアが応急手当をレッスン
3 大森赤十字病院の医師、看護師等によるご遺体の検案などの訓練

※写真は東京都赤十字写真奉仕団が撮影

お知らせ

『災害からのちを守るには』
ホームページで公開中

大規模な災害が発生した時、公的機関の援助「公助」を受けることは難しくなります。行動の基本は、自分のいのちは自分で守る「自助」と、お互いを助け合う「共助」。いつ起こるか分からない災害は、日頃からの「備え」が重要。東京都支部では、備えるヒントになるコンテンツを集めた『災害からのちを守るには』をホームページで公開中です。ぜひアクセスしてください。



印刷すれば、リーフレットとして保存することもできます



中国紅十字会が来日
ユースボランティアが交流



災害対応体験では皆で協力してエアテントを設置

中国紅十字会香港支部から赤十字ユースボランティアの高校生が来日し、7月28日と30日に、日本のユースボランティアと赤十字事業を通して交流しました。28日には東京都支部を来訪し、東京都青年学生赤十字奉仕団と共に、災害対応体験にも取り組みました。香港のメンバーからは、「とても良い経験になった。ぜひまた日本に来たい！」という感想が寄せられました。

災害が起こったときに
あなたが支援できること

東京都支部は9月13日に「健康生活支援講習」災害が起きたときにあなたが支援できること」を実施し、11人が参加しました。災害時にストレスを受けやすい高齢者への対応を中心とした内容で、高齢者に接するときの心遣いなどを学びました。また避難所などでの生活で身体を動かさないことによる心身の機能低下（生活不活発病）を防ぐ体操なども学びました。



生活不活発病を予防するための介助の方法を学ぶ

中学生と園児が
合同避難誘導訓練



あらかじめ園児に避難場所を教える

6月27日に、青少年赤十字の加盟校である荒川区立南千住第二中学校のレスキュー部員60人が、近隣の南千住七丁目保育園の園児29人と合同避難誘導訓練を行いました。災害時に同校が避難所になることからの取り組みで、当日は中学生が園児を迎えに行き、中学校に誘導。その後は折り紙や絵本の読み聞かせなど、楽しい時間を過ごしました。

川の事故からのちを守る「河川講習」



1 仰向けの姿勢をとり、足を川下に向けて「ホワイトウォーターフローティングポジション」
2 川に流された人を入って救助するのは危険！「スローロープ」を使って救助

東京都支部は、7月22日に青梅市の釜の淵公園内の多摩川で、河川での事故防止を目的とした「河川講習」を行い、小中学生の親子など34人が参加しました。まずは体にあつたヘルメットとライフジャケットを正しく装着。水上安全法の指導員の指導のもと、川に流された時に足や体が水中にある岩などに捕ら

われないようにする姿勢「ホワイトウォーターフローティングポジション」などを学びました。さらに川岸から流された人を救助する方法として「スローロープ」を投げる体験もしました。参加者からは「川ではライフジャケットが必須だということが体感できた」と感想がありました。

INTERVIEW

関東大震災から100年

～教訓に学び、備えるには～

大正12(1923)年9月1日に発生した関東大震災。10万5,000人以上が犠牲となった未曾有の災害から、私たちは何を学び、どのように備えればいいのでしょうか。災害社会史研究の第一人者である北原糸子さんにお話をいただきました。



——日本赤十字社東京都支部のイベントランスには、発災後に赤十字が皇居前広場に臨時救護所を設けて救護活動を行っている様子を描いた油絵(左ページ上)があります。この絵から読み取れることはどんなことでしょうか。

この絵の特徴は、群像が描かれていること。絵画は写真と異なり、描く人の思いが込められているからこそ、見る人の気持ちも動かします。この絵では、100人以上の人物が一人ひとり丁寧に描かれていて、画家がこの絵に注いだ力や意思を感じます。

当時の資料には、日本赤十字社の医師や看護婦がチームを組み、次々に各県から支援に訪れた記録が残っています。こうした支援は、各県に病院がある日赤だからできたことでしょう。また、日赤は震災後に感染症対策にも尽力しています。この絵には多くの傷ついた人が救護所に集まってくる様子が描かれていますが、日赤の医療や救護への信頼が表現されていると感じます。

復興に必要なのは人々の力や信頼

——未曾有の災害で焦土となった東京の復興は、どのように成し遂げられたのでしょうか。

関東大震災は、日本における初めての都市災害といえます。復興を主導した後藤新平は、震災を契機に都

市構造の抜本的改造を目指しました。後藤の復興計画は、大規模な道路整備や土地区画の整理などが盛り込まれたもので、当初予算は30億円にものぼりました。最終的には12月の帝国議会において約5億の予算で決着します。この直後に起きた虎ノ門事件によって内閣は総辞職するため、後藤が復興に携わったのはわずか4カ月。短期間ではありましたが、後藤の復興案によって、近代都市の基盤となる都市計画ができました。

しかしながら、復興は政府が号令すればできるというものではなく、人々の力によるものです。その点は政府も認識しており、まずは被災者数を把握しようと、混乱の中でも11月15日に全国を対象に人口調査を行っています。その調査項目の一つに、罹災して地方に避難した人がどれだけ東京に戻るかを調べる「来るべき人/去るべき人」がありました。「去るべき人」はもう帰ってこない人、「来るべき人」は調査時点では地方に避難しているけれど戻ってくる人。政府は、復興というものは、結局は人の力でしかできないとよく分かっているからこそ、こうした調査を行ったわけです。

先ほど救護を描いた絵について、多数の人が集まる様子を描くことが、日赤の伝統的な活動への信頼を表現していると言いました。災害においては、人の動きや信頼というものが決定的に意味を持つことを、この絵

は表しているのだと思います。

若い人たちが信じて新しい輪を築きたい

——100年前の震災でも、人々同士のつながりが復興につながっていたのですか。

関東大震災の3年前の1920年に行われた第1回国勢調査と2010年の国勢調査を比較すると、15歳以下の人口は3分の1になっている一方で、65歳以上は4倍以上になっています。少子高齢化が進む現状においては、震災後の復興のあり方も変わってきます。関東大震災では被災地に人が戻ってきませんが、東日本大震災ではなかなか人が戻ってきません。これから震災後の復興を考える場合は、少子高齢化を前提とすることが必要でしょう。人口減少だけでなく、気候変動など、個人の力だけではどうにもならない問題も山積しています。こうした厳しい状況を踏まえて、私たちはどうすればいいのか。私は、客観的なデータから考えるよりも、人を信頼してコミュニティや新しい輪を作ることを通して社会をもう一度築き直すことしかないだろうと考えています。そうした新しい輪を年齢に関係なく築くためには、若い人たちが信じて支える境地が求められます。人と人同士のつながりを築くには、信じる気持ちが必要なのです。

後世に伝えるために正しい記録を残す

——関東大震災について調査研究を続けてきたお立場から、現代を生きる我々にメッセージをお願いします。

関東大震災に限らずさまざまな震災について取材や調査をしていて感じるのは、経験したことを記録する重要性です。私の研究においても、記録を通じて非常にリアルに当時のことを感じる事ができています。人が考えて書き留めることの意味は大きく、時代を超えて訴えてくるものがあるのです。

個人のレベルだけではなく、行政としての記録も大変重要です。関東大震災では、先述した人口調査を11月15日から全国で実施し、回答を集めたのは12月10日、結果の報告は12月20日と迅速に行われました。さらに1926年12月には、この調査内容を内務省社会局が「大正震災志」として発行しています。震災の経緯を後世に伝えていかねばという強い思いを感じますね。行政が記録を破壊したり、都合の悪いことを変えたりせず、正しい情報を記録・保管することが、後世への貴重なメッセージとなるのです。



「関東大震災当時の宮城前本社東京支部臨時救護所の模様」(二世 五姓田芳柳、1925年)。皇居前広場における日本赤十字社東京支部臨時救護所の活動状況を描いた作品



関東大震災からの復興を主導した後藤新平



宮城前広場の避難群衆
東京都復興記念館所蔵資料

Profile

北原糸子さん

きたはら いとこ 1939年山梨県生まれ。津田塾大学文学部英文科卒業。東京教育大学大学院文学研究科日本史専攻修士課程修了。神奈川大学特任教授、立命館大学教授、国立歴史民俗博物館客員教授を歴任。災害社会史のバイオニアとしての功績により2020年春、南方熊楠賞を受賞。著書に『関東大震災の社会史』(朝日選書)、『震災と死者』(筑摩選書)など。

気象庁によると、今年は過去 126 年の中で最も暑い夏。

6月から8月までの全国の平均気温は、平年よりも 1.76℃高くなりました。

猛暑が北半球の一部に影響を与える一方、大雨が壊滅的な洪水を引き起こしています。

食料、水、経済的安定に至るまで、私たちの生活のあらゆる側面が
気候変動の影響を受けています。

気候変動は 21 世紀最大の地球規模の問題の一つです。

国際赤十字は 2002 年に赤十字気候センター (<https://www.climatecentre.org/>) を設置。

7つのステートメント※から成る「人道団体のための気候・環境憲章」を 2021 年に採択し、
日本赤十字社も令和 4 年 3 月に署名をしました。

私たちは気候変動、環境危機の影響を軽減するために
共に取り組む責任があると考えています。

今の時代に生きる私たちには、何ができるのでしょうか。

まずは知ることから始めてみませんか。

- ※
1. 人道ニーズへの対応強化と、適応(対応)への支援
 2. 事業活動における環境持続性の向上
 3. コミュニティのリーダーシップの尊重と活用
 4. 気候と環境リスクの理解と、現実的な解決策の提示
 5. 人道団体や、人道分野以外の機関との協働・連携
 6. 政府などへのアドボカシーの推進
 7. 具体的な目標設定と進捗状況の公表

詳しくはこちら→



特集

考える。 気候変動を

できることから
始めよう!

まずは
知ることから!

適応(影響に備える)の一例

水不足に備えて節水したり、病気を広める蚊の育つ水場を作らないようにしたり、高温でも育つ農作物を栽培するなど、**気象災害から暮らしを守り、健康を守り、食を守る適応策はたくさんあります。**

気象情報のチェック

猛暑、台風、豪雨などの情報を得て備える。

ハザードマップの確認

自宅が洪水や土砂災害などに襲われるリスクを理解し、避難方法を考えておく。

熱中症の予防

エアコンを適切に使ったり、こまめに水分補給をしたりする。

緩和(原因を少なくする)の一例

温室効果ガスを減らすことが目的!

テレビ、照明、エアコンなどを消し忘れない

冷暖房の設定温度や使用方法に注意する

冷房は28℃、暖房は20℃に設定

カーテンを閉めたり、家族が同じ部屋で過ごすのも効果的

使い捨て製品の使用を控える

レジ袋ではなくマイバッグ
紙コップではなくマイタンブラー

近場の外出は車を使わず、自転車か徒歩で

食品ロスを減らすために、食材を使い切ったり見切り品を活用

「エコマーク」「省エネラベル」などを参考に、環境に配慮された商品を選ぶ

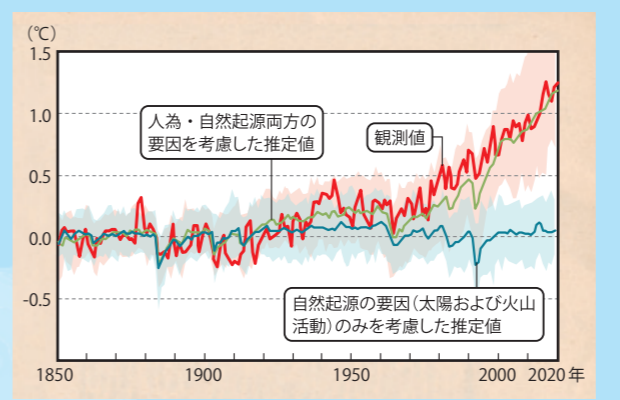
私たちに何ができるのか

地球温暖化に対して私たちができる行動は、影響に備えて被害を回避・軽減する「適応」と、温室効果ガスの排出を抑制する「緩和」の二本柱です。



地球は悲鳴をあげている

世界平均気温(年平均)の変化

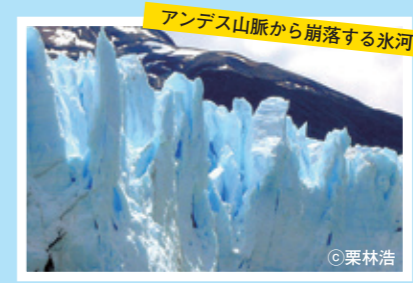


※ IPCC 第6次評価報告書に基づき作成

◆ 一気に気温が上昇 ◆
世界の平均気温は、1850年から2020年で1.09℃も上昇。人間が石炭や石油などの化石燃料を燃やし、大気中に大量の二酸化炭素を放出したことが要因だと推定されています。

異常気象や災害の顕著化

◆ 多くの命が奪われている ◆
地球温暖化は世界各地に、豪雨、洪水、干ばつ、山火事、巨大ハリケーンといった災害を引き起こし、毎年多くの人命が失われています。海水面が上昇して消滅しつつある島、気候の変動で絶滅しつつある動植物もあります。



出典：全国地球温暖化防止活動推進センター「温暖化写真館」

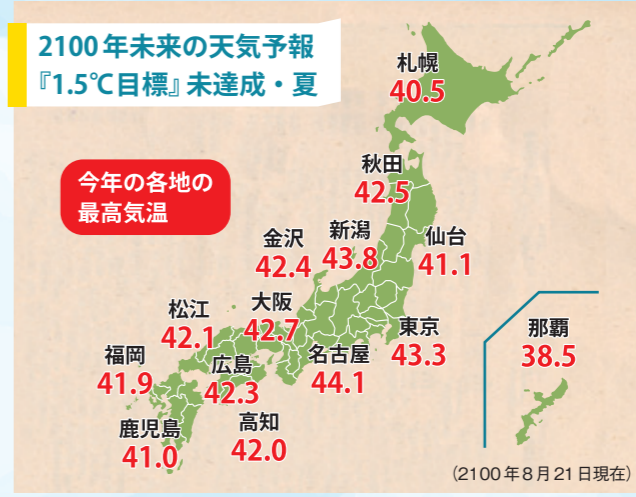
このまま温暖化が進むとどうなるの?

最悪のシナリオでは、日本の亜熱帯化や東京の水没も

このまま二酸化炭素を放出し続け、気候変動を抑制する手立てを取らないと大変なことに。「日本が亜熱帯のような暑さになり、1年の約半分が夏日になってしまう」「海面が1m近く上昇し、東京東部が水没する」といった最悪のシナリオも描かれています。



※環境省作成動画「2100年未来の天気予報」より



※全国地球温暖化防止活動推進センター作成資料「身近に迫る地球温暖化」を元に作成

今、地球に何が起きているのか

近年は世界中で「異常気象」と呼ばれる自然災害が増えており、その背景には地球温暖化があります。まずは、今の地球に起きている危機について知りましょう。



自然を愛する心を育むビオトープ整備

青少年赤十字 (JRC) 加盟校・世田谷区立駒沢中学校

世田谷区立駒沢中学校は青少年赤十字 (JRC) 活動を行うJRC加盟校であり、ボランティア活動を行うJRC部には、100人以上の部員が在籍しています。JRC部が取り組むビオトープ整備について、教えていただきました。

お話を聞いた方



JRC 部 部長 / 3年
田中 莉子さん



JRC 部 顧問 / 指導教諭 / 理科担当
内藤 理恵先生



ビオトープ整備の様子。オタマジャクシが大量に育っていたり、水草が増えたり、季節ごとの変化に気が付くのも楽しいです。

駒沢中学校の敷地内には、緑豊かな天然の低山「タンチ山」があります。その山のふもとに8年ほど前に造られたのが、さまざまな動植物の生息空間となるビオトープ。豊かな植生が二酸化炭素を吸収し、生物多様性を保護する役割を果たすことから、気候変動緩和策の一つとして期待されています。

自然からの学びは無量大

ビオトープ整備に取り組むJRC部部長の田中莉子さんは、「池の中にはオタマジャクシやヤゴ、池の周りにはトンボやチョウなどがたくさんいます。街中では見掛けない生き物にたくさん会えて楽しいです」と話し、顧問の内藤理恵

先生は、「都会でこんなに自然が残る環境は貴重。大型の野鳥やタヌキを見掛けることもあります」と続けます。

季節ごとに行う整備の際は外部の指導者を招き、生き物の名前や生態についてレクチャーを受け、池の岸を補強したり、草取りをしたりします。「自然な姿を大切にしてお手入れをしないこと、生き物にとって心地良い環境にすることを心がけています。」(内藤先生)。

整備に参加した生徒たちは自然観察の楽しさに目覚め、休み時間や放課後にもビオトープの様子を見に来ます。「周囲の樹木やコケに夢中になる子も。自然からの学びは、尽きることはありません。」(同)。



校庭から眺めたタンチ山。地域の人が通れる遊歩道も設けられており、近所の保育園のお散歩コースになっているそう

地球環境とのつながりを体感

「この風景が大好き」と微笑む田中さん。「後輩にもずっと整備を続けてもらい、たくさんの生き物を守ってほしいです」と熱心に話し、内藤先生は「ビオトープの思い出が、自然を尊重する生き方につながってくれば」と期待を込めます。

また、同校では昨年から屋上にソーラーパネルを取り付け、太陽光発電を始めました。「天気が良ければ、校内で使う電気をほとんど太陽光でまかなえます。生徒も一緒に発電状況を見守ることで、自然の力を体感して欲しいですね。」(内藤先生)。

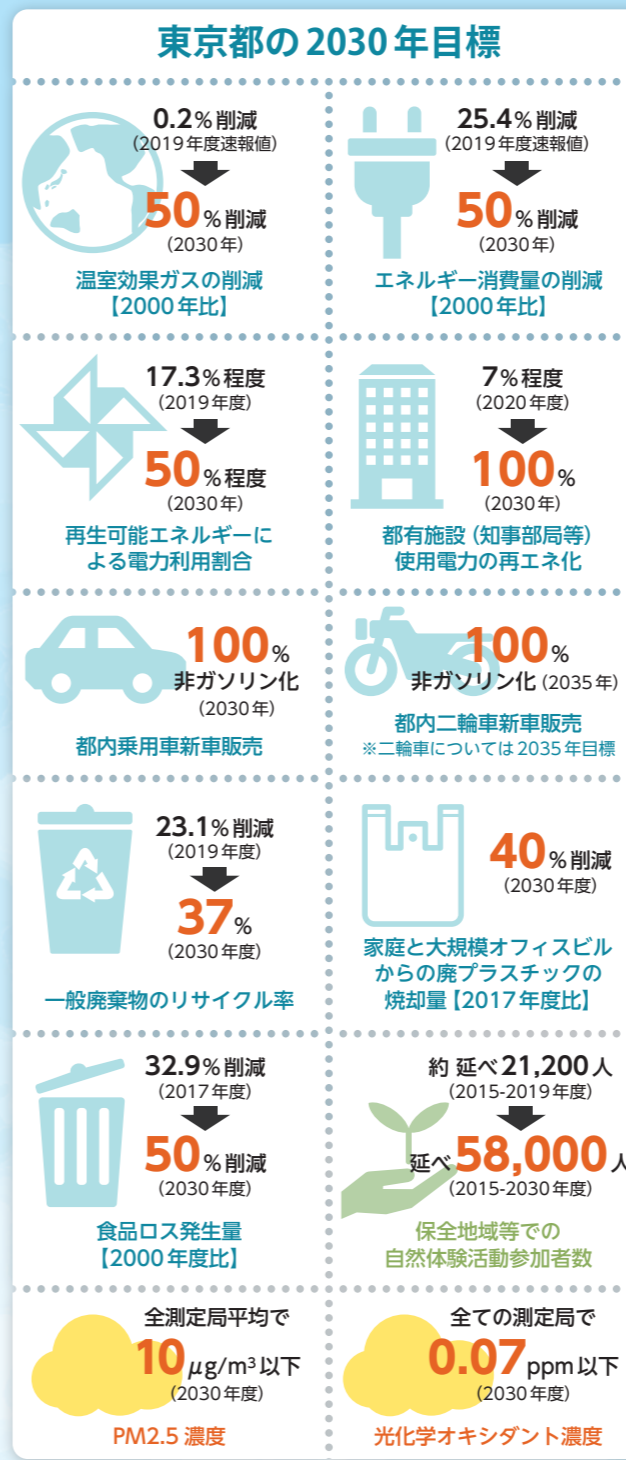
自然の尊さや力を体感することは、気候変動対策への意識を深める機会になります。皆さんも積極的に自然に触れてみてはいかがでしょうか。

青少年赤十字 (JRC) とは

児童・生徒が日常生活の中での実践活動を通じて、地域や世界の人々の平和や人類の福祉に貢献できるよう、学校教育の中で展開する活動。

環境先進都市・東京都の取り組み

地球規模で脱炭素化への動きが加速している中で、東京都は脱炭素化に熱心な都市として国内外でリーダーシップを発揮しています。ここでは、東京都が取り組む地球温暖化対策について紹介します。



東京都は、2050年までに世界の温室効果ガス排出量の実質ゼロに向けて、「ゼロミッション東京戦略」を策定。2030年をターゲットとした政策目標 (左図参照) を設定し、先進的な環境施策を積極的に展開しています。

都民の暮らしに関わる分野においても、新築住宅への太陽光発電の設置義務化や省エネ家電の普及推進など、独自の取り組みを進めています。こうした取り組みを知り、自身の生活に取り入れることで、あなたも脱炭素化に貢献できます。

新築住宅への太陽光発電の設置義務化

東京都は、2025年度から新築する住宅に太陽光パネルの設置を義務化する条例を全国で初めて制定しました (2022年)。太陽光パネル設置などに対する補助の支援もあります。

省エネ家電 買い替え時のポイント付与

また2019年からは、省エネ性能の高いエアコン、冷蔵庫、給湯器、LED照明器具に買い換え

た都民に対して「東京ゼロエミッション」を付与し、ポイント数に応じて商品券とLED割引券を交付しています。

電化製品の省エネレベルの普及

冷蔵庫、エアコン、テレビなど、電化製品の省エネルギー性能を示す「省エネレベル」の普及にも、2002年から取り組んでいます。この取り組みは全国の自治体に広がり、省エネレベルの全国統一 (2006年) へとつながりました。

出典：環境先進都市・東京に向けて (2021年11月東京都環境局発行)

今こそみんなまで本気になり、地球温暖化を止めてみせよう



© weathermap

森田 正光 さん

気象予報士
お天気キャスター

Profile ● Morita Masamitsu

1950年名古屋市生まれ。1969年に財団法人日本気象協会に入り、1992年にフリーのお天気キャスターになる。同年、株式会社ウェザーマップを設立。テレビのお天気コーナーでの親しみやすいキャラクターと分かりやすい解説で人気を集め、全国で気象に関する講演活動も行う。環境問題への造詣も深く、2005年に財団法人日本生態系協会理事に就任。沖縄の島バナナ栽培を支援・応援する島バナナ協会の会長も務める。

お天気のプロフェッショナルとして、50年以上にわたり地球の気象を見つめ続けてきた森田正光さん。テレビのお天気コーナーにて、ユーモアを交えた親しみやすい解説を届ける一方で、環境保護のための活動にも力を入れています。気候変動について豊富な知識を持つ森田さんに、今の地球に起きていることを解説いただき、私たちが取るべき行動へのアドバイスをいただきました。

地球全体が
おかしくなっている

——気候変動によって、今の地球で起きている危機について、教えてください。

猛暑、干ばつ、山火事、豪雨、猛烈な台風、洪水、海水面の上昇、動植物の絶滅……。気候変動によって、地球のあらゆる場所で異常な事態が起っています。

今年の7月、国連のグテーレス事務総長が「地球沸騰化の時代に入った」と警鐘を鳴らしたことが話題になりましたが、まず皆さんが身近に感じられるのは猛暑でしょう。今年の夏も非常に暑かったです！ 東京はもちろん、涼しいはずの北海道でも最高気温が35度を

超えて、熱中症が続出しました。

最低気温が25度以上の熱帯夜は、東京で40日以上もありました。最近では気象関係者の中で「最低気温30度以上の日をどう呼ぶか問題」が話題になり、『超熱帯夜』はどのくらいか」となんて相談しています。

その一方で豪雨も増えていて、晴れていたのに突然大雨になる「ゲリラ豪雨」に見舞われることも。気温や海水温が上がると水が蒸発しやすくなって空気中の水蒸気量が増えるので、雨になると一気に降るのです。1時間の雨量が80ミリを超える「猛烈な雨」は、この35年間で約1.9倍に増えています。

——近年の異常気象で、特に印象深かったものはありますか。
記憶に新しいものだと、今年8月に発生したハワイ・マウイ島の

山火事。100人以上の命が奪われる大惨事となりました。一気に

火事が広がった原因は「ドラ」というハリケーンの強風なのですが、実はこのドラは1万キロ以上離れたメキシコ西岸沖で発生したものの、海水温が高くなったせいで、勢力を保ったまま長旅をする異例の事態が起きていたのです。同時に、異常な高温により短期間で一気に乾燥状態が進む「フラッシュ干ばつ」が起きていて、火が燃えやすかった側面もあります。

日本に比べると、干ばつの恐ろしさを感じることはないですが、アフリカ、アメリカ、オーストラリアなどでは、大規模な干ばつが人々を苦しめています。干ばつが起きると、水が枯渇し、作物が育たなくなり、家畜も命を落

とします。さらには、食糧不足になり、人命も奪われます。しかもその状態が数年続くのですから、間接的に一番たくさんの方が亡くなる気象災害だと感じています。

——豪雨が降る地域もあれば、干ばつに苦しむ地域も。2022年にはニューヨークが大寒波に襲われました。温暖化によって、全く性質の違う異常気象が同時に起こるのはなぜでしょう。
地球の気象に大きな影響を及ぼしているのが偏西風です。温暖化によって海水温が高くなると、空気の動きが活発になって、偏西風が大きく蛇行して流れるようになります。すると、強い低気圧や強い高気圧が生まれ、とても暑くなる地域、とても寒くなる地域が出てきます。

写真提供：阿嘉島臨海研究所



©Aduratomi Bolade/IFRC



©IFRC



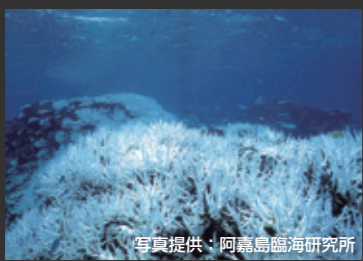
©Uruguay Red Cross



©Tomo Akiyama



©Tomo Akiyama



写真提供：阿嘉島臨海研究所

上から、ナイジェリアの洪水／バングラデシュのゴックスバザールでは大雨がよく降り住民の安全を脅かす／ウルグアイの干ばつ／海水の減少で生息場所を奪われたホッキョクグマ／卵が孵化する温度で性別が決まるウミガメは気温上昇でメス化が進む／沖縄のサンゴ礁の白化（下3点は全国地球温暖化防止活動推進センター「温暖化写真館」より）



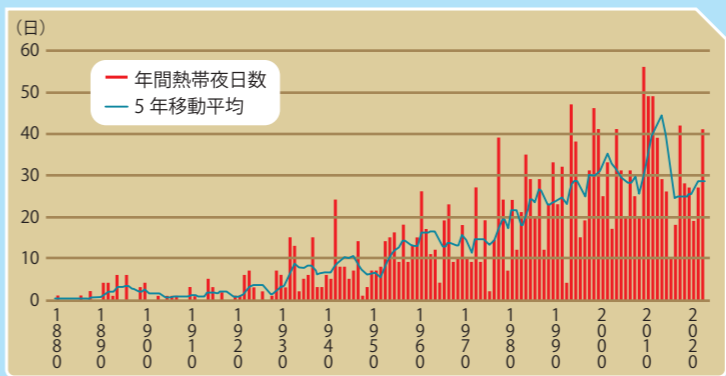
「日本にも、もっと寄付やボランティアの文化が根付いてほしい」と話す

どこかで大雨が降ればどこかで干ばつが起きる、どこかが暑くなればどこかが寒くなるわけです。世界は影響し合っています。日本の出来事だけに注目せず、俯瞰的な視野で、地球で起きていることを知ってほしいと思います。

地球温暖化は誰のせい？

地球温暖化は人間のせいなのでしょうか。

東京の年間熱帯夜日数の推移 (森田正光さん提供)



IPCC (気候変動に関する政府間パネル) は、2021年に発表した第6次評価報告書に「人間の影響が大气、海洋及び陸域を温暖化させてきたことには疑う余地がない」と明記しました。地球の気温は100年余りで1℃も上昇している、これは自然現象だけでは説明がつかない異常なスピード。人間の活動、主には二酸化炭素に代表される温室効果ガスの排出によって温暖化が引き起こされていることは、疑いようがない事実でしょう。

この急激な変化で最初にダメージを受けるのは、身動きが取れない植物です。生えている場所が生育適温から外れると、なす術もなく枯れてしまいます。すると、植物に依存する昆虫や爬虫類、鳥がダメージを受け、草食動物や肉食動物も連鎖的にダメージを受け、生態系が崩壊に向かいます。今、地球温暖化の影響を受けて絶滅しかけている野生動物は4000種以上いると言われています。人間のせいで多くの動植物を危険に晒していることは、実に罪深いことではないでしょうか。



都会のオアシスである明治神宮。敷地内の落ち葉や木の実は丁寧に集められ、木の根元に返されて養分となる

大気中の二酸化炭素の濃度は、産業革命以前は280ppm程度でしたが、現在は400ppmを超えています。石炭や石油などの化石燃料を大量に燃やしてきたことで、二酸化炭素が放出され続けてきたのです。

化石燃料を使うことは、もはや地球環境にとって無理がある。エネルギー源として化石燃料は唯一無二ではなく、水力や風力、太陽光といった「再生可能エネルギー」を使うこともできるわけですから、二酸化炭素を排出しないように、方向転換していくべきです。



現在73歳の森田さんは、日本最年長のお天気キャスター。「天気の仕組みは奥深く、知ると楽しいですよ」と語る

人間はやればできると信じています

地球温暖化を止めるため、私たちはどう行動すればよいのでしょうか。

まず大切なのは、どんなことが起きているのかを知ること。そのために僕は、異常気象の背景などを正しく分かりやすく伝え続けることが自分自身の役割だと感じています。

また、省エネを心掛けたリゴミを減らしたりと、できるだけ二酸化炭素の排出を抑える行動をする

トープを造ることで、豊かな生態系を守ることはできます。空き地ができたなら、駐車場にせず緑地にする。そんな考えが浸透すると、素敵だなと思います。

ちなみに明治神宮は、今から100年以上前に約10万本の全国の木を植えて造られた世界でもめずらしい「人工の森」です。当時の林学者たちが、100年後、200年後に豊かな森に育って生物の宝庫となることを目指し、造りあげました。目先のことに捉われず、次世代、次々世代のことを思いやる壮大な思想は、世界に誇るべきものであり、今を生きる私たちが見習うべきお手本だと思います。

ことも必要。特に毎日の買い物では、安易に安い商品に手を伸ばさず、環境に配慮された商品を選んでいただきたいと思います。サステナブルな取り組みを行う企業を応援することで、社会全体の意識を変えていくことができるのです。それから、楽しく省エネに取り組めるようなアイデアも重要。例えば簡単に潰せるペットボトルは、なんだか面白くてみんなグシャッとしていくけれど、実は大きな省エネ効果があるんです。体積が10分の1になれば、運ぶためのエネルギーも10分の1になりますから。

地球温暖化は食い止めることができると思いますか。

今はみんなが「大変だ！」と気が付いたところです。ここから本気を出しましょう。80年代に問題になったオゾンホールは、国際的なフロンガスの排出規制の取り組

みにより、修復が進み始めています。また、30年ほど前はよく出た光化学スモッグ注意報も、今ではほとんど聞かなくなりました。人間はやればできる！楽天的と言われるかもしれませんが、みんなで努力すればなんとかなると信じています。

東京を世界に先駆けた「エコシティ」に

東京都は今、「環境先進都市」を目指して地球温暖化対策に力を入れています。東京の環境や未来について、どうお考えでしょうか。

今の東京の空気は、実はとてもきれいなんです。年間で都心から富士山が見える日数は、江戸時代

沖縄で栽培される「島バナナ」の美味しさに感動し、バナナ協会として尽力する森田さん。「絶対に減らさず、美味しく食べてみて！」と語る



よりも現在の方が多いと推定されています。江戸時代は土埃や野焼きの煙があつたし、明治時代は一気に工業化が進んで大気汚染が進行しました。昭和の高度経済成長期には、人々の生活は公害と共にありました。そこから法的な規制が進み、人々の意識も変わって、空気はきれいになっていきました。東京の環境の変化は、やればできることを証明してくれています。

それから東京って、皇居、新宿御苑、明治神宮など、豊かな緑が残る土地も多いですよ。最近、赤坂の街中でタマムシを見つけてびっくりしたのですが、おそらく赤坂離宮から飛んできたのでしょう。ビルが立ち並ぶ都会でも、ところどころに緑豊かな公園やビオ



『気候危機がサクッとわかる本』

出版社：東京書籍 (2022年)

今、世界中で問題となっている「気候危機」について、気象のプロたちが分かりやすく解説する一冊。森田正光さん、森朗さんという大ベテランの2人が監修を担当し、8人の気象予報士が、天気の仕事、地球温暖化の実態、未来を変えるためにできる行動などを、図や写真を交えて説明する。

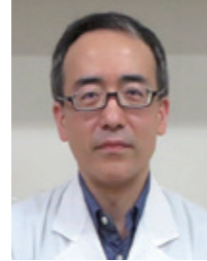


JRC OMORI HOSPITAL

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(第2・4・5)、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)

腎臓内科 部長
澁谷 研
Ken Shibuya



腎臓は、塩類、水分、尿素、酸などの排泄を主に担っており、体内バランスが常に一定になるように調節する大切な臓器です。近年は慢性腎臓病の患者さんが増えており、当院では適切な治療に力を入れています。

慢性腎臓病が増えています

当院における治療の取り組み

「腎臓のピークは30歳あたり」との報告もあるように、寿命の延びや高血圧症、糖尿病などによる腎臓への負担増加の影響で慢性腎臓病となる患者さんが増えていきます。また、腎臓病の患者さんのうち10%程度に遺伝的な要因があると報告も近年されています。

慢性腎臓病のステージ

腎臓の機能は、Cr(クレアチニン)やeGFR(推算糸球体濾過量)という指標で測られています。Crは筋肉量により大きく変動するので、慢性腎臓病のステージを決めるときにはeGFRの数値を基準とします。eGFRが60以上であれば、一般的には腎臓の排泄機能が保たれていると分類され、これより低いと低下していると考えます。しかし、eGFRの平均値は年齢により異なるため、同じ60でも若い方と高齢の方では、解釈が異なることもあります。また、eGFR以外にも蛋白尿やアルブミン尿の程度により腎臓病の重症度は異なってきます(下表)。

腎代替療法とは

腎臓の機能が低下するとむくみややすくなり、血圧も上がり、カリウムやリンなどの電解質が排泄しにくくなって体内に溜まります。このため降圧剤や利尿剤を増やしたり、カリウムやリンの吸着薬などを内服したりする必要があります。腎臓には造血ホルモン分泌やビタミンDの合成などの機能もあるため、これらの補充も必要です。

eGFRが15未満になると薬剤や食事療法での調整が難しくなり、血液透析、腹膜透析、腎臓移植など、腎臓の代わりとなる方法(腎代替療法)が必要になってきます。当院では、腎代替療法外来を開設しており、腎代替療法指導士の資格を有する医師や看護師が視聴覚教材を使用しながら治療方法を患者さんに具体的に説明し、ライフスタイルに合った治療法を決定する支援を行っています。

腎臓病で困っている場合には、一度腎臓内科の外来を受診して相談することをお勧めします。

慢性腎臓病(CKD)の重症度分類 ※出典：一般社団法人日本腎臓学会「エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2023」(東京医学社、2023)

| 原疾患 | 蛋白尿区分 | A1 | A2 | A3 |
|-------------------------------------|--------------------|-----------|-----------|----------|
| 糖尿病性腎臓病 | 尿アルブミン定量(mg/日) | 正常 | 微量アルブミン尿 | 顕性アルブミン尿 |
| | 尿アルブミン/Cr比(mg/gCr) | 30未満 | 30~299 | 300以上 |
| 高血圧性腎硬化症、腎炎、多発性嚢胞腎、移植腎、不明、その他 | 尿蛋白定量(g/日) | 正常 | 軽度蛋白尿 | 高度蛋白尿 |
| | 尿蛋白/Cr比(g/gCr) | 0.15未満 | 0.15~0.49 | 0.50以上 |
| GFR区分 (mL/分/1.73m ²) | G1 | 正常または高値 | ≥90 | |
| | G2 | 正常または軽度低下 | 60~89 | |
| | G3a | 軽度~中等度低下 | 45~59 | |
| | G3b | 中等度~高度低下 | 30~44 | |
| | G4 | 高度低下 | 15~29 | |
| G5 | 高度低下~末期腎不全 | <15 | | |

注：わが国の保険診療では、アルブミン尿の定量測定は、糖尿病または糖尿病性早期腎症であって微量アルブミン尿を疑う患者に対し、3カ月に1回に限り認められている。糖尿病において、尿定性で1+以上の明らかな尿蛋白を認める場合は尿アルブミン測定は保険で認められていないため、治療効果を評価するために定量検査を行う場合は尿蛋白定量を検討する。

重症度は原疾患・GFR区分・蛋白尿区分を合わせたステージにより評価する。CKDの重症度は死亡、末期腎不全、CVD死亡発症のリスクを緑■のステージを基準に、黄■、オレンジ■、赤■の順にステージが上昇するほどリスクは上昇する。

(KDIGO CKD guideline 2012を日本人用に改変)

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)

外来看護師
下田 陽子
Yoko Shimoda



日本人にとって身近な病気であるがん。若いうちから、予防や検診の大切さ、治療方法、がんになった人に必要なサポートなどを知っておくことがとても大切です。当院が行うがん教育の取り組みを紹介します。

地域の学校へのがん教育

健康意識を高める出張授業

地域がん診療連携拠点病院である当院では、2020年10月より武蔵野市内にある中学校へ出向き、がんに関する教育を行う活動を始めました。院内から選出された医師・看護師・臨床心理士らが出張授業を行っています。

自ら考えてもらう授業づくり

授業の内容は「がんの基礎知識」「がんの予防と検診」「がん治療」「がん治療を支える緩和ケア」「がんと一緒に生きる」「がんになっても自分らしく暮らせる社会」といった内容です。使用するスライドは院内で検討と工夫を重ね、最近のトピックスや治療技術などタイムリーな内容を折り込みました。

私たち自身が日ごろ患者さんと接している経験を含めながらお話をし、健康といのちの大切さ、周囲の人を大切に思う気持ち、それぞれが生活しやすい社会づくりのために自分ができることは何か、生徒さんたちが自ら考えられ

るように、投げ掛けや意見交換をしながら授業を行っています。

次世代に健康と共生を伝える

生徒さんたちからは「親にがん検診に行くように伝えたい」「偏った食事をしないようにしたい」「人の痛みを想像することが大事だと思った」「いつもそばにいるよって伝えたい」といった声が目立ちました。さまざまな状況・環境下にある人に対し、正しい知識の思いやることの大切さを学んでくれています。

真剣に授業を聞き一生懸命考えてくれる生徒さんたちと過ごす時間は、私たちにとても明るい将来が見えるような、日々の活力へつながるような、かけがえのない経験となっています。

武蔵野赤十字病院では今後も、これからの地域・社会を担う若い世代に対して健康と共生を伝える活動を行ってまいります。



地域の中学校における出張授業の様子



自らの看護師としての経験を交え、話をする下田看護師

Hospital Referral

専門学生が献血ルームで活躍！

～若い世代による新たな協力の輪広がる～

東京都赤十字血液センターでは、献血を身近に感じ興味関心を持っていただけるよう、学校に訪問して行う献血セミナーやホームページで献血を学ぶキッズサイトの運営、さまざまなボランティアの受入れなどを行っています。

新たにこの秋、スイーツやフード・ドリンクの調理、提供方法を学ぶ専門学校生たちの協力が始まりました。若い世代の献血協力を積極的に呼び掛けている中、このように学生と一緒に取り組む献血の輪を大切にしていきたいです。



東京都赤十字血液センターHP

9月1日、実施しました！！

都内で唯一カフェコーナーのある献血ルーム feel では、東京ベルエポック製菓調理専門学校カフェビジネス科の学生が、ドリンク用シロップを提供いただいている日仏貿易株式会社と共同でレシピを開発し、献血に協力いただいた方にオリジナルドリンクを提供しました。

東京ベルエポック製菓調理専門学校

献血ルーム feel



ドリンクを提供した学生からは、「おいしかったよ」と気軽に声を掛けてもらいうれしかった」「とても楽しく良い経験ができた。学校の友達にも献血の大切さを伝えたい」などの感想が寄せられました。



献血者の声
オリジナルドリンクを飲んだ献血者の方は学生の皆さんと会話を
楽しみ、「とてもおいしいドリンクの提供をありがとう」と感謝
の気持ちを伝えていました。



献血ルーム feel



X (旧 Twitter)

吉祥寺二葉製菓専門学校

献血ルーム 吉祥寺タキオン



10月31日はハロウィンです！
お待ちしております！



献血ルーム 吉祥寺タキオン



X (旧 Twitter)

献血ルーム吉祥寺タキオンでは、ハロウィン、クリスマス、バレンタインのそれぞれ当日、献血にご協力いただいた方に吉祥寺二葉製菓専門職学校の学生による手作りスイーツの提供を予定しています。日程や詳細は献血ルーム吉祥寺タキオン X (旧 Twitter) または HP でご確認ください。



JRC KATSUSHIKA PERINATAL CENTER

東京かつしか赤十字母子医療センター

- 所在地 〒125-0051 東京都葛飾区新宿3-7-1
- 連絡先 Tel 03-5876-3511 (代表)
- 休診日 日曜、祝日、年末年始
- 病床数 104床 (産婦人科一般65床、MFICU 3床、NICU 12床、GCU 24床)

栄養課 管理栄養士
永嶋 晴香
Haruka Nagashima
柳町 千穂
Chiho Yanagimachi

出産を終えたお母さまに、病院からの祝福の気持ちを込めて提供するお祝い膳。当院では、「伝説の家政婦」として活躍のタサン志麻さんが考案した美味しいメニューが好評をいただいています。

タサン志麻さん考案のお祝い膳

お母さま達が笑顔になるメニュー

「志麻さんの味」を届けるために
当院は2021年6月の新病院移転時から、お祝い膳の提供を開始しています。メニューは「伝説の家政婦」として数々のメディアでご活躍中のタサン志麻さんにご考案いただきました。当院が掲げる食事のコンセプト「妊婦・授乳婦に必要な栄養が摂れ、家庭でも参考となるメニュー」と、志麻さんの食事に対する思い「家庭でも気軽に楽しめる料理を」が同じであったこと、また当院で3人のお子さまをご出産されたご縁もあり、メニュー開発のお願いを快く引き受けてくださいました。

産後のお母さまに大好評
お祝い膳を召し上がったお母さま達からは「志麻さんのメニューを食べてみたかったので嬉しかったです！」「産後の痛みを忘れるほど美味しかった！」などの嬉しいお言葉をたくさんいただいています。お祝い膳をはじめ、行事食やお食事については、当院のインスタグラムでもご紹介していますので、ぜひご覧ください。

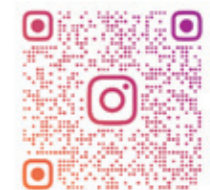


お祝い膳を召し上がるお母さま



タサン志麻さん。病院とコラボするのは初めての試みだったそう

東京かつしか赤十字母子医療センターの公式Instagramはこちら



JRC.KATSUSHIKA_BOSHI

Hospital Referral



ハワイ(マウイ島)の火災でラハイナが焼失

～気候変動の影響で大規模火災のリスクが高まる～

2023年8月8日、アメリカ合衆国ハワイ州マウイ島において、同月初旬に発生した山火事が強風によって広がり、西部の町ラハイナに壊滅的な被害をもたらしました。これまでに少なくとも115人が死亡し(9月3日時点ハワイ政府)、1万1000人が避難したことが報告されています(8月16日時点米国赤十字社報告)。

町が炎に焼き尽くされる中、必死に生きようとした人々の恐怖は容易に想像できるものではありません。彼らのトラウマや恐怖を直ちに取り除くことはできませんが、赤十字のスタッフとボランティアは、被災者に寄り添い支援を続けています。

米国赤十字社による支援

米国赤十字社は発災当初から24時間体制で支援を行ってきました。9月7日までに約900人のスタッフやボランティアが支援に携わっています。政府やパートナー団体、国際赤十字と連携し、安全な避難所や食事・生活用品の提供、保健医療、こころのケアサービスの提供など支援を拡大しています。

◆発災直後からマウイ島とオアフ島に緊急避難所を22カ所設置し、3600人以上に安全な宿泊場所を提供してきました。

◆被災者が緊急避難所からホテルへ移動するための支援を実施。避難先のホテルでは災害復旧にかかる最新情報や食事、保

健医療、こころのケアなどを他団体と共同で提供しています。

◆パートナーと協力し、41万2200食以上の食事を提供してきました。

◆離散家族支援として島内外の肉親等から、連絡が取れなくなった家族を探してほしいとの問い合わせを3000件以上受け、情報を提供してきました。

◆ダメージアセスメント(被害評価)に協力しました。大手IT会社とのパートナーシップにより、AIモデルと衛星画像を使って現地の被害状況を分析しています。評価した約2800件のうち、1900件以上の家屋が焼失または大きく損壊していることが判明しました。

ハワイ火災救援金の募集を開始

今回の火災は、ハリケーンの影響による強風と乾燥状況が重なったことで、被害が深刻化したとも言われています。このような異常気象による災害の増加に伴い、赤十字の支援を必要とする人々も増えています。

日本赤十字社は、この度の災害発生を受け、8月18日から「2023年アメリカ・ハワイ火災救援金」の募集を開始しています。お寄せいただいた救援金は、米国赤十字社による被災地での救援・復興支援活動およびハワイにおける防災・減災活動に活用されます。皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。



被災したサオさん(右)は左右から火の手が迫る中、煙と炎から逃れるために海へ避難したという



ラハイナ地域における焼失面積は2,170エーカー(約8.7平方キロメートル=東京ドーム約188個分)

武蔵野赤十字保育園

ようせいパーティーにご招待！ 5歳児のおたのしみ会



入口の向こう側はどうなっているのかな??

お花や葉っぱで飾られたパーティー会場!

6月30日、5歳児にとっての一大イベントである、おたのしみ会が行われました。現実と想像の世界を歩き来するようなイベント盛りだくさんの特別な1日です。

午前中は公園に行って謎解き対決をし、園に戻ると楽しみにしていたお昼ごはんの時間。普段はクラスごとに給食を食べますが、この日は持ってきたお弁当をみんなでおいしく食べました。お弁当を食べてお昼寝をした後は、「ようせいパーティー」に参加できる招待券をもらいに行くために、園内を冒険しました。

いつもと違う雰囲気ワクワク

夕方、パーティー会場の入り口は大きな葉っぱで覆われたトンネルになり、不思議な雰囲気が漂います。子どもたちが招待券を手にトンネルを抜けると、大きなお花がたくさん飾られた華やかな会場に、手巻き寿司、スープなどの綺麗に盛り付けられたおいしそうな料理がずらり。子どもたちはいつもより少し長く保育園で過ごし、お友だちとさまざまなイベントを楽しみました。みんなのドキドキワクワクした表情をたくさん見ることができ、素敵な1日でした。

赤十字子供の家

“ふつう”を提供することの 大切さと難しさ



近年の児童養護施設は小規模化が進んでおり、定員数十人の施設でも少人数のお部屋に分かれて生活することが主流です。また、本体施設とは別に地域の一軒家で4人から6人の子どもたちが生活するグループホームも推奨されています。その中で、家庭と変わらない“ふつう”を提供するように努めていますが、ふつうというのは意外と難しく、難しいものです。

育ってきた環境によって、その人のふつうは違います。ましてや集団生活、プライバシーや権利を守るためにルールや決め事は必要なので、ふつうを提供したり、実感するのは簡単なことではありません。

生きる糧となる多彩な経験

だからこそ、集団である強みも利用して、季節行事や外出行事を行うことで、普段得られない経験も得られるように工夫しています。どんな経験もかけがえのない生きる糧になることを信じて、子どもたちへの支援を日々考えています。

皆さまからも季節行事や外出行事、日々の生活において、さまざまな寄贈や寄付などの支援をいただいております。子どもたちの成長を願う方々のご厚意に日々感謝しています。



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。

救援金を募集中

米国赤十字社による被災地での救援・復興支援活動およびハワイにおける防災・減災活動に活用されます。

救援金名称

2023年アメリカ・ハワイ火災救援金

【受付期間】

2023年10月31日(火)まで



レポーターオカモト★日赤とつげきレポ 紹介奉仕団



ハンドケア・ビューティケア 赤十字奉仕団

結成年月日 | 平成 2年 5月 19日

団員数 | 51人(令和5年8月時点)

概要

主に高齢者や地域の方を対象として、ハンドケアサービスを提供している特殊奉仕団。イギリス赤十字社が行っていた「ハンドケア&ビューティケア活動」に感銘を受けた新谷弘子前委員長が、日本でもこの活動を広めたいと思ったのが始まり。イギリスでは顔に傷のある方のお化粧品も行っているが、日本ではハンドケアを中心に講習を実施。「ハンドケアで心をつないでいきましょう」という理念で活動の輪を広げている。介護現場に携わる団員も多く、高齢者施設、地域交流サロンなどで「誰もが笑顔になれる時間」をモットーに活動している。



団員の声

ただ単に手のお手入れやマッサージを学ぶ場ではなく、相手のお身体の一部に触れることで相手を思いやり、心の癒しにつながるように心掛けています。互いに思いやりを感じることで、心の交流が生まれるんです。参加される方がハンドケアをされ、笑顔が溢れて会場全体がにぎやかに楽しい場になっていくのを拝見することが一番の楽しみです！

活動に興味を持たれた方は
ぜひ下記まで
お問い合わせください！

☎ 03-5273-6957
✉ volunteer@tokyo.jrc.or.jp

赤十字はボランティアをはじめ、多くの人々の善意により支えられています。区市町村ごとで組織している「地域赤十字奉仕団」、大学生や35歳までの若者から成る「青年学生赤十字奉仕団」、専門技術や資格を持った人々による「特殊赤十字奉仕団」といったグループで活動しているボランティアと、個人で活動しているボランティアがいます。東京都支部では、年間を通じてボランティアを募集しています。あなたも赤十字の仲間になりませんか。

NT
NISSEKI TOKYO

Vol.39
2023年10月発行



バックナンバーは
PDFや電子ブックでも
ご覧いただけます



電子ブック

■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.jrc.or.jp/chapter/tokyo/>

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

<https://www.jrc.or.jp/chapter/tokyo/about/topics/coop.html>



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。

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

※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、法人および団体などを掲載しています。

| | | | | |
|---------------------|---------------------|-----------|--------------|-----------|
| ●千代田区 | (一財)東京都営交通協会 | 100万円 | 田中 延幸 | 10万円 |
| 赤木 弘資 | (株)ナチュラルサイエンス | 100万円 | 山崎 鎮夫 | 10万円 |
| 宮島 昭夫 | (株)木場リサイクル | 10万円 | (株)角産 | 20万円 |
| 玉川衛材(株) | ●品川区 | | (株)関建設工業 | 10万円 |
| (株)三共社 | 長谷川 植夫・裕見 | 10万円 | ●足立区 | |
| 日本エンゼル(株) | ●大田区 | | 古庄 勇 | 50万円 |
| (株)朝日写真ニュース社 | 川野 順也 | 30万円 | 鈴木 惣八 | 20万円 |
| インバラ・プラチナム・ジャパン(株) | 紺野 博 | 10万円 | 小川 忠彦 | 10万円 |
| (株)インフォーム | 陳 月嬌 | 10万円 | 下村 八重子 | 10万円 |
| 国際総合企画(株) | (株)三功工業所 | 100万円 | 渡邊 豊子 | 10万円 |
| ●中央区 | ●世田谷区 | | (株)ナカネ | 20万円 |
| ヒューリック(株) | 高橋 隆 | 100万円 | ●葛飾区 | |
| アステナホールディングス(株) | 齋藤 賢一 | 50万円 | 由井 克昌 | 50万円 |
| ダイエツサロン和み | 小川 潤一 | 30万円 | 新日本電興(株) | 10万円 |
| (株)タウン管理サービス | 郡山 智行 | 10万円 | ●江戸川区 | |
| (株)タウンハウジング | 三栄製薬(株) | 200万円 | 佐井 勝彦 | 10万円 |
| ●港区 | ●渋谷区 | | 東京デザインハウス(株) | 50万円 |
| (株)テクノメディアラボ | 藤沢 昭和 | 1,000万円 | (有)明和ビルサービス | 10万円 |
| (株)フィッツコーポレーション | Miles Japan(株) | 24万5,490円 | ●立川市 | |
| 全日空商事(株) | 全労済健康保険組合 | 12万9,400円 | 鈴木 勝喜 | 1,000万円 |
| (株)工業市場研究所 | ●中野区 | | 立川市赤十字奉仕団 | 10万1,520円 |
| (一社)日本血液製剤機構 | 武藤 カズミ | 500万円 | ●武蔵野市 | |
| ●新宿区 | ●杉並区 | | 山本 泰 | 100万円 |
| 石鍋 健雄 | 田村 孝夫 | 200万円 | ●三鷹市 | |
| 中川 淑江 | 菊池 秀夫 | 20万円 | 星野 和子 | 20万円 |
| 藤田 晴美 | 貫井 潤平 | 20万円 | ●小金井市 | |
| 吉野 賢治 | 岡部 好延 | 10万円 | 相澤 益男 | 50万円 |
| (株)アイザワビルサービス | ●豊島区 | | 五師 功仁 | 10万円 |
| ユーソナー(株) | 首都開発(株) | 70万円 | ●東村山市 | |
| ●文京区 | 住友機材(株) | 30万円 | 北川 雅彦 | 100万円 |
| 古宮 重雄 | 国際空手道連盟極真会館 | 10万円 | ●国分寺市 | |
| (株)カワサキ 代表取締役 川崎 雅章 | 新興電機(株) | 10万円 | 山宮 亨 | 10万円 |
| ●台東区 | ●北区 | | ●国立市 | |
| 満川 元貞 | 太田 成子 | 10万円 | 芦間 靖彦 | 30万円 |
| (有)サンエイコンノ | 陳 昌鑑・李 幸俐・陳 泰日・陳 泰安 | 10万円 | 田和 艶子 | 10万円 |
| ●墨田区 | 第一化学工業(株) | 10万円 | ●三宅村 | |
| 松村 有格 | ●荒川区 | | 吉崎 正信 | 10万円 |
| 田中 芳子 | (株)石のあゆみ | 10万円 | ●栃木県 | |
| ●江東区 | (株)美箔ワタナベ | 10万円 | 小久保 州洋 | 50万円 |
| 菊池 富美子 | ●板橋区 | | ●富山県 | |
| 汐月 啓子 | (医)櫻美会石川医院 | 10万円 | 吉田 誠 | 50万円 |
| (株)システックホールディングス | ●練馬区 | | | |
| (株)秋朝工業所 | 泉 次夫 | 300万円 | | |

(敬称略・順不同)

赤十字 Supporters

モットーは「人との出逢いを大切に」 日赤ファミリアの輪を広げたい

萩原重睦さん(株式会社トキワ代表取締役/東京都日赤紺綬有功会副会長)

赤

十字との出逢いは28年前、阪神淡路大震災の際に寄付先を探したことにさかのぼります。復興支援として開催したチャリティゴルフ大会で集めた募金を、日本赤十字社の東京都支部に持参したのです。この時、毎年コンスタントにチャリティ活動をしたと話したところ、赤十字の人道的活動全般を支える「活動資金」について説明を受けました。特定の被災地に送る「義援金」とは異なり、継続的なサポートができることを知り、私もでもで開催するイベントは「日本赤十字社活動資金チャリティ」を目的とすることに決めました。

以来、ゴルフ大会やビンゴ、落語などをテーマにしたチャリティパーティーを30回ほど開催してきました。イベントでは、プロ野球選手や大相撲関係者にサイン入りグッズをご持参いただき、チャリティオークションも行ってまいりました。参加者からは「イベントに参加することで、楽しみながらチャリティに協力できた」という感想を多数いただいています。



「人との出逢いや交流を大切にしています」と語る萩原さん。ライフワークである「日本赤十字社活動資金チャリティ」も、萩原さんが長年育んできた縁に支えられている



2019年の「大相撲日赤場所」でのチャリティオークション。右は錦戸親方

2019年には、大相撲をテーマとしたパーティー「大相撲日赤場所」を開催しました。40年を超えるお付き合いのある元水戸泉の錦戸親方にご協力いただき、行司さんや呼出しさんといった裏方さんの伝統芸をお楽しみいただいた後に、チャリティオークションを開催しました。参加者からは大変好評をいただき、毎年の開催を計画していたのですが、コロナ禍で中止に。ようやく今年12月に、4年ぶりとなる「第2回大相撲日赤場所」を開催する予定です。

私は個人、あるいは会社で多額の寄付をすることはできません。イベントを企画・開催し、参加者の協力あつての寄付を行っています。ですので参加者には、赤十字とその活動を広く知っていただきたいと思い、活動を続けています。

赤十字に関わって28年、*紺綬有功会へ入会して25年。この間に赤十字職員や紺綬有功会の会員の方々と、会合や被災地応援旅行などで一緒にさせていただき、イベントにも協力いただきました。「人との出逢いを大切に」をモットーとする私にとって、支援する側もされる側も皆、赤十字が縁をつないでくれた「日赤ファミリア」です。今後もこの輪を広げていければと思います。

*日本赤十字社の活動に貢献され、有功章を受章された方々で結成された支援団体

「赤十字の活動は広すぎて分かりづら」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付きやすく、理解されやすいかもしれませんが、

しかし、赤十字は世界最大の人道機関。その組織力があるからこそ、できることがあります。緊急時の支援は当然のこと、すべての脅威から人々を守るために全世界で活動しています。

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

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

これが赤十字のジミチです。

赤十字は、ジミチです。

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. 1名様

森田正光さん著
『気象予報士という生き方』(サイン入り)
株式会社イースト・プレス

「日本でいちばん若いお天気キャスター」が、「日本最年長のお天気キャスター」になるまでのエピソードや、気象業界の歴史と現在、そして天気予報の裏側も綴った本。気象予報士を目指す人の指南書にも。



B. 5名様

E7系 かがやき「新幹線型 microUSBケーブル」
株式会社アーバン

カッコいいのに、どこか可愛らしい鉄道型のmicroUSBケーブル。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



C. 3名様

レッドブル・エナジードリンク
東京キリンビレッジサービス株式会社

アルギニン、カフェイン、ビタミンB類等の主成分を、厳密な品質管理のもと配合したエナジードリンク。



D. 3名様

キリン 天然水
東京キリンビレッジサービス株式会社

日本の自然が育んだ、やわらかな飲み口のおいしい国産天然水。



E. 5名様

SERAO 個包装綿棒アソート(2パックセット)
株式会社三和

国産にこだわった贅沢な高級綿棒。SERAO綿棒は軸の硬さとコットンの毛羽立ちにくさを追求しました。個包装でいつでも清潔にご使用いただけます。



F. 3名様

ハートラちゃん
ツインGT・GK キャップレス印鑑
株式会社日赤サービス

キャップが着脱不要で片手で捺印できるネーム印! クリップ、ロック機能が付いているので持ち運びにも便利です。

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**2023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。

※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きます。 ※製造状況など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

<https://forms.office.com/r/Kn30asqCn5>

はがき

郵便はがきをご用意いただき、下記必要事項①～⑬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

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本誌入手場所(左のはがき裏面参照) ⑧本誌への満足度(満足・普通・不満) ⑨本誌で良かった記事 ⑩本誌の感想 ⑪これまでNTを受け取った回数 ⑫今後取り上げてほしいテーマ ⑬ご希望のプレゼント番号

応募先 〒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



ご自身や故人の思いを 広く社会に役立てるために

遺贈・相続寄付のご案内

近年「死後に自分が築いた財産の一部を寄付したい」「故人の遺産を社会に役立ててほしい」といった尊いお申し出が増えています。相談される方のきっかけはさまざまですが、独り暮らしや相続先のない方が増えていることもあり、財産を寄付することへの関心が高まっています。

遺贈とは

遺言書を作り、遺産の一部を寄付すること。遺贈のご意思は、遺言書を残すことで初めて実現されます。

ひとり身のため、遺言書がないと財産は国庫に帰属すると聞き、使い道は自分で決めようと思いました。



相続寄付とは

故人の生前の遺志を尊重し、ご遺族の方が相続された財産の一部を寄付すること。



母が生前に赤十字にお世話になったこともあり、相続財産を寄付し、母の名で感謝状を出していただきました。

- 赤十字の安心サポート**
- 担当者による電話相談(ご希望に応じ訪問も)
 - 専門相談窓口のご案内(司法書士会・信託銀行など)
 - 自筆遺言書作成キットの提供
 - 感謝状の贈呈(ご希望に応じ故人様のお名前で作成)
 - 氏名プレートの永年掲示(累計1,000万円を超える場合)
 - 広報誌など活動資料の定期送付

日本赤十字社に寄付した財産は、相続税がかかりません

遺贈や相続寄付のご相談は、振興課(03-5273-6743)まで。体験談や必要な手続きについては、特設WEBページでもご紹介しています。

日赤東京 遺贈

読者の声 (vol.38)



震災の記憶は薄れていきますが、こうやって時々特集になることで、その悲惨さを思い出して気持ちを新たにしようと思います。
東京都・女性・35歳(自宅)

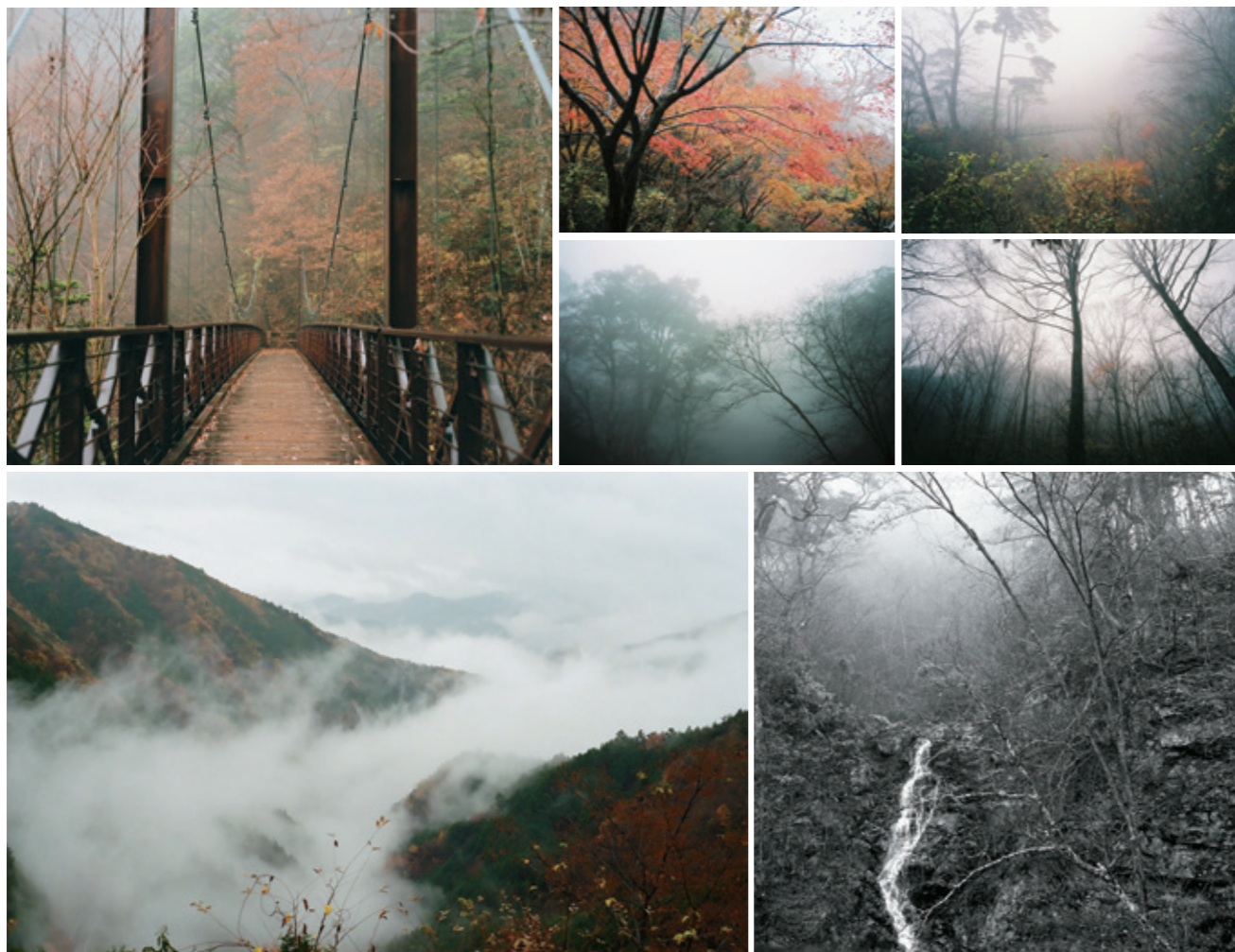
山縣亮太選手の名前の由来や生まれた当時の家族の思いに、愛情の深さを感じました。これからもよりいっそう応援したくなりました。
東京都・男性・46歳(立川献血ルーム)

献血キッズサイト、すごく良い取り組みだと思いました! こうして、子どもの頃から自然に献血に親しむ人が増えるといい社会になりそうです。
東京都・女性・27歳(新宿東口献血ルーム)

河川や海での事故が相次いでいるので、ライフジャケットの重要性が伝わるといいなと思いました。
東京都・女性・46歳(まちだ献血ルームcomfy)

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

※()はNTの入手場所



Rediscovery TOKYO

東京を、再発見しよう

第32回

檜原村
ひのほら

2011年秋、我々が檜原村を訪れたこの日は朝から雨。山並みや木々にはたっぷりと霧が立ちこめていた。

東京都の西部に位置し、山梨・神奈川の2県と境を接する檜原村。

島嶼部を除くと都内で唯一の村であり、総面積の約9割を森林が占める。

室町時代には炭を年貢として納めていた記録が残っているという。建材としても、江戸城築城の際の御用林とされ、明暦3年（西暦1657年）の大火や第二次世界大戦の戦災からの復興の折にも、村の木材は秋川や多摩川を下って東京の中心部へと運ばれたそうだ。

時を経て、最近では豊かな自然環境資源や、地域固有の歴史・文化・生活に魅力を感じて檜原村を訪れる人が増えている。のみならず、自然の中で生活するために移住したり、子育ての場として選択する人も少なくないと聞く。

それに対し檜原村は、自然や歴史・文化資源を活かしたエコツーリズムや、移住者や村内で事業を行う法人・個人事業主に對する補助や助成といった積極的な支援で、それらの需要に込えている。

かつて檜原村から生活の物資が届けら

れていた東京の中心部。今度はそこから檜原村へ、人々がその自然や文化を目指してやってくる。

その流れの逆転は、室町や江戸の人々の目にはどんな風に映るだろうか。



+ 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/>