

赤十字 NEWS

January 2017 Vol.920
http://www.jrc.or.jp



人間を救うのは、人間だ。 日本赤十字社

赤十字新聞 編集・発行/日本赤十字社 広報室 〒105-8521 東京都港区芝大門1-1-3 TEL:03-3438-1311 一部20円 赤十字新聞の購読料は、社費に含まれています。



元気になりました
そろ12才

ち、 のち、 いのち。

献血でつながる命があります。

今、この瞬間も輸血を待っている人がいます。
写真の少女も輸血で命をつないだ一人。
6年前に急性リンパ性白血病を患い、
抗がん剤治療の際に血液を必要としました。
あなたの献血で助かる命があります。
1月1日、「はたちの献血」キャンペーンスタートです。
(関連記事P2、4、5)

「ち、のち、いのち。」は、日本赤十字社東海北陸ブロック血液センター主催の第2回「若年層から若年層へ 献血推進ポスターデザインコンペティション」最優秀賞受賞の安藤真理さんによるキャッチコピー

CONTENTS

TOPICS

日本赤十字社長 新春ご挨拶
「地域ネットワークの
一層の強化を」
平成29年「はたちの献血」キャンペーン
羽生選手が献血を呼び掛け
第11回
「赤十字・いのちと献血俳句コンテスト」
全24万句から上位15作品を表彰

TOPICS

熊本地震被災地で炊き出し
おいさと笑顔が
被災地を温かく包みます
平成28年
熊本地震災害 義援金情報
ベトナム・マングローブ植林を
通じた災害対策事業
温暖化防止への貢献に大臣表彰

SPECIAL

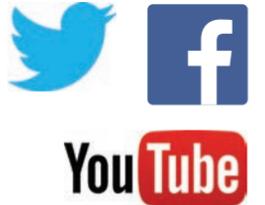
贈られたのは
「命」でした!
輸血を
受けた方から
感謝の声

AREA NEWS

北海道・青森・東京・愛知
京都・兵庫・香川・沖縄
「私たちは、忘れない。」
「ライトアップ」のお知らせ
健康豆知識 暴飲暴食

WORLD

救急法普及支援事業
地域に育つ
命と健康の守り手
戦争ルールに関して
ICRCが意識調査
連載 人道支援の現場から⑥
ネパール地震復興支援事業(事業管理)
新野 智子



皆さまに支えられて—

日赤は創立140周年を迎えます

日本赤十字社は本年5月8日で創立140周年を迎えます。日頃から活動資金をお寄せいただく社員・国民の皆さま、奉仕団やボランティアとしてご協力いただく皆さま一人一人に心より感謝申し上げます。日赤は創立140周年を記念して、5月の赤十字運動月間中に各地でイベントなどを開催する予定で

す。皆さまのご来場を心よりお待ちしております。日赤の誕生を紐解くと、その始まりは明治維新後の最大・最後の土族反乱「西南戦争」(明治10年)にまでさかのぼります。昨年の熊本地震で被災した熊本城での攻防や田原坂の戦いなど、激しい戦闘で死傷者が続出。これらの負傷者救

護を敵味方なく行うため、元老院議員の佐野常民らを中心に設立されたのが日赤の前身「博愛社」でした。同年5月1日に征討総督の許可が下りたことから、日赤はこの日を創立記念日としています。

現在、赤十字のネットワークは世界190カ国に広がり、紛争や災害、感染症の拡大などの人道危機に対して、さまざまな支援を実施しています。その一員として日赤も、災害時の緊急救援や復興支援はもちろん、紛争地の医療支援要員として医師・看護師らの派遣などを行っています。しかし、長期

化する紛争や気候変動に伴う自然災害の増加など、人道支援ニーズは年々拡大。赤十字として、どう立ち向かっていくのかが、大きな課題となっています。

「苦しんでいる人を救いたい」—この使命を世界で果たすため、今できることは何でしょうか。将来果たすべき役割のため、今どんな準備が必要なのでしょうか。140周年の節目を機に、現在と未来を見据えた日赤のあるべき姿に向けて、私たちは進んでいきます。



日本赤十字社
創立140年

「地域ネットワークの一層の強化を」

日本赤十字社社長 近衛忠輝



張る活動に参加いただき、来以上に求められるようになっていきます。地域や学校などに根づいた活動こそが赤十字の強みです。この強みを発揮いただき、地域ニーズを掘り起こすことが、次の時代の赤十字運動につながると思っています。

国際と地域、両方のネットワークを生かして

世界を見渡すと、人道問題はますます深刻化しています。赤十字として何ができるかが、あらためて問われるようになってきました。こうした中、赤十字原則の「公平」「人道」「中立」といった理念は、他の人道支援団体、国連機関にも共有されるようになっていきました。では赤十字はそれらとどこが違うのでしょうか。

次の10年に向けて

国際赤十字・赤新月社連盟（連盟、加盟190社）の会長として、今年2月8年間の任期の最後の年となります。就任して丸7年、各国の赤十字社では十分に

対応できない対政府への人道的な要請活動、人道外交に取り組みできたほか、各社の活動実績や潜在力などの状況把握にも務めてきました。その中で、組織的、財政的、活動実態などさまざまな問題が洗い出されています。これらの問題点を整理し、各社の「体力づくり」への戦略を練る議論が今年から始まります。それは、2020年からの10年間に向けた連盟の「2030年戦略」づくりにもつながるものです。今年11月に選出される次の執行部へこの議論を引き継いでいくことも、会長としての今年1年の大きな任務にしていきたいと考えています。

新年おめでとうございませす。日本赤十字社は今年、その前身である博愛社の創立から140年の節目を迎えます。国民、社員の皆さまのご寄付やボランティア参加があればこそ、地域に人道支援の根を張っていく赤十字運動の発展は可能でした。皆さまのご協力にあためて感謝と敬意を申し上げます。ありがとうございますございました。

興は道半ばですが、日赤はこの時の救護・救援活動を通じて、貴重な経験を積むことができました。全社的に一致団結して、人道危機に立ち向かう姿勢が生まれたのです。未曾有の災害を前に、例えば救護班でも、医者は治療だけをやるのではなく、できることは何でもやる、といった雰囲気生まれ、実践されたのです。こうした経験と成長は、昨年の熊本地震の救護・救援活動にも生かされました。

社会変化に対応した新しいニーズの把握を

しかし、将来を展望したとき、これまで培った経験の

単なる継承、発展だけでは立ち行かなくなるかもしれません。社会が大きく変化の中で、日赤へのニーズにも変化が生まれているからです。新しいニーズを把握し、対応していく仕組みや感性が求められています。高齢化に伴う医療や介護の変化も、新しいニーズの一つですが、その他にもさまざまな社会問題があらわになっています。日赤が全てに関わることはできませんが、アンテナは常に広げておきたい。人道の視点を立てば、どんな問題にも関心は持っているはず。

赤十字の一翼を担う奉仕団員、ボランティアの皆さまにも、このアンテナを

また、グローバル化の中、世界の深刻化する人道問題への対応が、日本にも従

平成29年「はたちの献血」キャンペーン

「ファイギュア」羽生選手が献血を呼び掛け

「僕たちの一歩は、だれかの一生。」——心に響くメッセージを掲げた今年の「はたちの献血」キャンペーン。グラプリファイナル4連覇を果したファイギュアスケート男子シングルの羽生結弦選手を中心に献血への理解と



キャンペーン期間中、全国の献血会場で初めて献血をされる10～30代を対象に、羽生選手オリジナルクリアファイルを先着5万人にプレゼント



今年のテレビCMで羽生選手は初のアニメーションになって登場！ 羽生選手は「感動しましたが、ちょっと照れくさいですね」と照れ笑い

全24万句から15作品を選出

第11回 赤十字・いのちと献血俳句コンテスト表彰式

第11回 赤十字・いのちと献血俳句コンテストは、俳句を通じて命の尊さや献血への理解を広げていくことを目的に、平成18年にスタート。今年、上位15作品に厚生労働大臣賞などの各賞が贈られ、寄せられました。厚生労働大臣賞は神奈川県

受賞作品 (上位5作品・敬称略)

- 厚生労働大臣賞 神奈川県 桐谷咲良 祭足袋 はいたるままに 献血す
- 文部科学大臣賞 (大分県 力遥斗) うきぶくろ 今年の夏で 卒業だ
- 日本赤十字社 社長賞 岐阜県 村瀬利明 村あげて 児童ふたりの 運動会
- 日本赤十字社 血液事業本部長賞 (兵庫県 竹内彩花) 振り切った 最後の一球 夏終わる
- ビカチユウ賞 (愛媛県 佐藤史弥) うんどう会いもうこのこえきこえたよ

受賞作品はこちらからもご覧いただけます。
<http://www.ken-haiku2016.jp>

県の桐谷咲良さん（高3）「祭足袋 はいたるままに 献血す」。文部科学大臣賞には大分県の力遥斗さん（小5）の「うきぶくろ 今年の夏で卒業だ」が選ばれました。力さんは「水泳を習ってから、初めて浮袋なしで泳げるようになったこと」を俳句にしました。と句の情景を教えてくださいました。審査員を務めた俳人の黛まどかさんは「どの句も色があり、匂いがあり、音もある。そして温もりと手触りがあります。生というのは、たった





おいしさと笑顔が被災地を温かく包みます

飯田市赤十字奉仕団 (長野県) 熊本地震被災地で炊き出し

「くるみ入りのタレが絶品」「おいしくて、元気が出ました」—熊本地震の被災者を励まそうと、長野県の飯田市赤十字奉仕団が11月26、27の両日、被害の大きかった益城町の仮設団地で炊き出しを実施。飯田市の郷土料理「五平餅」と信州りんごを振る舞い、会場はおいしさと笑顔であふれました。

飯田市赤十字奉仕団は、地域の特産品を生かした炊き出しメニューの創作に長年取り組んでおり、東日本大震災の被災地でも炊き出しを経験。今回は事前に地元で五平餅の仕込みを行うなど、準備を整え臨みました。

委員長の堀口美鈴さんは「準備をした日は大雪。1時間かけて集まってくれた仲間もいました。そんな気持ちも届けたいと思っています」と活動への思いを語ります。

益城町の安永仮設団地(70戸)と広崎仮設団地(53戸)で行われた炊き出しは、行列ができるなど大盛況。子どもたちも一緒に「焼き体験」に挑戦し、交流を深めました。堀口さんは「被災地の皆さんがいつきでも苦しさを忘れられたら、私たちも幸せ。無理をせず一歩ずつ復興に向けて頑張してほしい」とエールを送っています。



炊き出しの後は、飯田市赤十字奉仕団制作の紙芝居「飯田大火とりんご並木」を上演。昭和22年の大火で飯田市は市中心部60万㎡を焼失しました。「その時に全国から温かい心をいただいた。その恩返しをしたい」と堀口委員長



熊本県内16市町村に110団地、4303戸の仮設住宅が整備。12月13日現在、1万1002人が仮設住宅での生活を送っています



「おいしかったので家族の分もいただきに再度来ました」



仮設団地に隣接する保育園の先生方は「本物の五平餅は初めて！」



初めての五平餅焼きに興味津々の女の子。奉仕団が見守る中、上手に焼きました

平成28年熊本地震災害

義援金の受付は2017年3月31日(金)まで行っております。
引き続き、皆さまのご支援を宜しくお願い申し上げます。

義援金の受付・送金状況
【受付】 274億 8,615万 1,041円 (2016年12月19日集計確認分)
【送金】 272億 4,876万 9,290円 (2016年12月28日現在)
※日本赤十字社にお寄せいただいた「義援金」は、手数料などはいったくことなく全額が被災地に設置された義援金配分委員会を通じて、被災者に届けられております
※関連事務費については、活動資金(日赤を支援くださる方々からの会費や寄付金)により対応しております
日本赤十字社ウェブサイト (<http://www.jrc.or.jp>)

届いています! あなたの義援金

「日本中からの大きな気持ちを感じました」
安永仮設団地管理人 川崎博之さん(78)
全壊した自宅は解体工事が終わったところ。年齢を考えると新しく建てることは考えられませんが、仮設の期限は2年。この先どうしたものかと…。義援金はありがたかったです。全国の皆さまからとても大きな気持ちをいただけたと感じています。

「義援金は仮設での生活準備に役立てました」
原ハズエさん(79)
自宅は全壊して、まだそのままです。全部埋もれてしまって。地震の2週間後、紙袋に入った写真を娘が探し出してくれましたけど、それだけ。あとは全部無くなりました。ですから義援金は、仮設生活のための収納ケースやカーテンなどの生活用品に使わせていただきました。娘とは「こうして生活できるのも、皆さまのおかげ」って話しています。

「助け合いの精神ってこういうことなんだ」
中神麻子さん(49) 木綿子さん(28)
地震の後、家族4人で車中泊をしましたが、みんながエコノミークラス症候群に。ある大雨の日でしたが、下の娘の足のむくみがひどくなって、連絡をしたら日赤救護班の方が診察に駆けつけてくれました。雨の中を来てくれた心遣いがうれしかったです。
東日本大震災の時には、「大変だ」って思って、私たちも義援金を送りました。今回、自分たちが被災して、「助け合いの精神ってこういうことなんだ」と実感。(義援金など全国からの支援に)どれだけ助けられたことか。ありがたいです。



支援者の皆さんなくして受賞はあり得ません

ベトナム・災害対策事業 温暖化防止貢献で表彰

日本赤十字社が1997年から支援しているベトナムでのマングローブ植林を通じた災害対策事業が「平成28年度地球温暖化防止活動環境大臣表彰(国際貢献部門)」を受賞。12月5日に都内で表彰式が開かれました。

同表彰は地球温暖化防止に貢献した個人・団体に贈られるもの。表彰式でありさつした日赤本社の堀之彦・国際部長はこの事業は住民主体による災害対応能力強化の先駆けです。受賞を励みにこうした活動を各国へ広げ、平和で安全な共生社会の実現を目指していきます」と決意を述べました。

この事業は、各支部に寄せられた活動資金からの支援も得ながら取り組んできました。平成10年から27年にかけて支援を行ってきた北関東4県茨城、栃木、群馬、埼玉県の支部では、事業地の視察に奉仕団員や防災ボランティア、青少年赤十字のメンバーも参加しています。茨城県支部の内藤英男

救護係長は「皆さんが現地ではベトナム赤十字社職員やボランティアから学んだことを日本での活動に生かしたり、地域へフィードバックすることで、日赤が行う国際活動への理解と協力を広げてくれます」と視察の成果を語ります。

同事業は植林だけでなく、地域住民に対する防災教育も実施しており、ハードとソフトの両面から、災害から命を守ることに貢献しています。栃木県支部の佐藤健一氏は「地域の子どもたちを対象とする防災教育ではマングローブが実際の教材として使われています。防災に役立つマングローブが身近にあるからこそ、子どもたちも防災の大切さを身近に感じられています」とその相乗効果を強調します。

今後は、ベトナム赤十字社と協働で事業継続を目指すことが決まっています。日赤は現地訪問活動などを通じ、取り組みを見守っていく予定です。

10月の洪水で倒れた木。住民を守りました

あなたの
献血の先に

「贈られたのは『命』でした!」 輸血を受けた方から感謝の声



ローランド 純代さん

善意の血液で、私は今生きている

「今日は赤を入れるからね」。先生のそんな言葉で始まる赤血球の輸血。ぐったりしていた体に、みるみる力が湧いてくるのを自覚しました。こうした輸血治療を入院から退院までの約9カ月に何十回受けたでしょうか。
急性骨髄性白血病と診断されたのは2年半前の6月、55歳の時でした。すぐに抗がん剤治療が始まりましたが、私には抗がん剤が効かず、残された方法は造血幹細胞(血液を造る元となる細胞)の移植だけ。骨髄移植のドナーさんが見つかるのを待つ余裕がないほど状態が悪化していた私には、待ち時間が少なくて済む「さい帯血移植」[※]が9月に行われることになりました。
非寛解(血液のがんが残っている)での移植のため、体

酸素を運ぶ赤血球や、止血する役割をもつ血小板を数日おきに輸血する必要がありました。移植の前には、「前処理」といって抗がん剤で造血機能を一度破壊し、骨髄を空にしなければなりません。そのため、移植後も造血機能が回復するまでの間、何度も輸血をいただきました。
善き医療チームに恵まれた方もありますが、献血をされた方の善意で私は生きています。自分自身は献血をしたことがなかったので、なんて罪深いのだろうかと思いました。私は、血小板が赤くないことも知らなかったんです。今は私自身(輸血歴があるため)献血ができないので、代わりに夫が献血に行ってくれています。感謝の言葉しかありません。そして、さい帯血を提供いただいている

全てのお母さんと赤ちゃん、同意してくれたお父さんに、とりわけ御礼を言いたいです。
骨髄移植を受けたある男性に「生きていることが、ドナーさんたちへの恩返し。何も特別なことをする必要はない。生きてさえいればいい」と言われたことがあります。この言葉がすごく心に染みんでいます。小さなことですが、朝起きて、食事ができて、隣には夫がいて。あの時、善意の方からもらった血液で、私は今生きている。ありがと、という気持ちで、一日一日をかみしめています。
※さい帯血移植=出産時に赤ん坊からへその緒(さい帯)を切り離した後、さい帯と胎盤の中に残った造血幹細胞を多く含む血液(さい帯血)を採取。必要な処理をした後、さい帯血は冷凍保存され、移植に活用されます。
骨髄バンク・さい帯血バンクについてはこちら www.bmdc.jrc.or.jp



難病の慢性活動性EBウイルス感染症と診断されたのは、27歳だった2007年。病気とは無縁の人生で、タフが自慢だっただけにショックでした。有効な治療法がなく、唯一の可能性といわれた骨髄移植でさえ治る確率は3割。幸いドナーが見つかり、手術も成功しました。ドナーの方に直接お会いすることはできませんが、感謝の言葉しかありません。
骨髄移植の際には輸血も受けました。(造血機能が低下している)移植後は3日周期でものすごく気持ちが悪くなりました。そのたびに輸血を受け、ビックリするくらいスッキリして力が湧きました。以前は、献血した血液の行き先を気にかけることなどありませんでしたが、病気になって初めて分かりました。「~型の血液が何人

分足りません」という呼び掛けは、僕みたいに輸血を待つ人がいるからだ。患者は献血がなかったら、命をつなげることができず亡くなってしまいます。ただ、それは誰にでも起こり得ることで献血や骨髄ドナー登録は当たり前のお互い様の助け合いだと思います。
その思いから6年前から「Snowbank pay it forward」の取り組みを始めました。スノーボードを通じて、骨髄バンクや献血の大切さを知ってもらうイベントなどを開催しています。
初年度は理解を得ることが難しかったのですが、回を重ねるごとに参加者の意識が変わり、協力者を増やす為のアイデアもみんなが考えてくれる。若い世代の献血ばなれが問題になっていますが、献血や骨

髄バンクドナー登録は命を救う行動で特別なことではないと分かれば、みんな立ち上がってくれます。献血やドナー登録が「カッコいいこと」「当たり前なこと」と認知されれば、若い人の参加はもっと増えるはず。病気を体験したからこそ、そんなイメージづくりに挑戦していきたいと思っています。
「支えがあるから頑張れた」
妻・荒井育子さん
彼が病気の診断を受けた後、「もし一致しなかったら...」と思うと、怖くてドナー登録に足がすくみました。そんな私の背中を押してくれたのは、全国のスノーボード仲間でした。みんなが骨髄ドナー登録に協力してくれ、献血や募金などで支えてくれた。みんながいたから彼も頑張れたのだと思っています。



プロスノーボーダー 荒井 daze 善正さん

今、輸血を待っている人がいるんです



土田 大介さん

輸血も骨髄移植も
善意で支えられている
現実を知った

献血をしてくださる方って心の温かい、素敵な方ですよね。そんな素敵な方々が大勢いることをすごくうれしく感じています。実は今も週3回、採血検査を受けていて、赤血球や血小板の値が悪くなったら輸血をしてもらっています。僕自身は針が苦手で、検査で採血をかけることもなく献血される方がいる。本当に感謝です。
僕が急性骨髄性白血病と診断されたのは22歳の時でした。初めは、抗がん剤のみで治療し、半年ほどで無事退院できました。2年半で再発しましたが、姉から提供してもらった末梢血幹細胞(造血幹細胞)の移植で、その時も3カ月で退院できました。ところが1年半後に2度目の再発。医師から骨

髄バンクへの患者登録を勧められ、ドナーさんからの骨髄移植を受けました。そして3度目の再発が今回。昨年10月から入院治療を続けています。
病気になる前は、骨髄バンクのことも献血のことも何も知りませんでした。自分には関係ない。「輸血は受けられて当たり前」という意識すらありませんでした。でも自分がその提供を受ける立場になったことで、骨髄移植も輸血も大勢の人の善意で支えられている現実を知りました。バンクの普及へ向けボランティアとして活動されている方々とも出会いました。病気がなければ、一生知らないまま、出会わないままだったはずでした。
そう思うと、この経験を無駄にしちゃいけない。僕にもできることがあるはずだという気

持ちが湧いてきました。また、治療では相当きつい場面も経験してきました。治ってほしいにすぎないけど、悔しいくらいしんどかった(笑)。病気で与えられたこうした経験を、逆に強みにしていきたい。そんな思いから昨年1月、SNSを通して自分の病気を公表することを決めました。最初は不安でしたが、応援してくれる人も増え、病気で闘っている仲間とも知り合いになりました。
再発はすごくショックでしたが、下を向いていても状況は良くならない。抗がん剤の種類を変えたり、さい帯血移植を受けたりするなど、いろんな治療法にチャレンジするつもりです。そして、病気を克服する自分の姿を発信することで、同じように病気で苦しむ人の力になりたいと思っています。



「救命救急に 輸血用血液は欠かせません」

東京都立墨東病院 輸血科部長 医学博士 藤田浩さん

当院は、隅田川以東では、都内で唯一の救命救急センターが設置されています。日々、救急搬送患者さんが運ばれてきますが、とりわけ重症の方の受け入れが多く、交通事故や転落事故などによる大量出血ですぐに緊急手術を必要とするケースもあります。人間の体には成人

で約5Lの血液が流れていますが、それと同じくらいの量の輸血を行うことも珍しくありません。こうして使用する輸血用血液は当院だけで年間およそ献血者7000人分。この血液による輸血療法が大勢の命を救っています。
がん患者さんや血液の病気の患者さんの治療に輸血は

欠かせませんが、治療計画に応じて輸血量の見通しがぎまぎまします。一方、救急患者さんの場合は突発的な大量輸血を余儀なくされるケースも。実際に輸血用血液が足りなくなったことはありませんが、在庫ギリギリになるなど綱渡りで乗り切ることもあります。
また、医薬品と違い、血液は工場で製造ができず、献血によってしか確保ができません。且つ、その保存期間が極めて短い。ですから当院では、新人医師への教育を含め、輸血用血液の適正使用に力を入れています。医療従事者が輸血用血液を安全かつ有効に使うこと、そして最大限に活用することで、献血協力者の志が患者さんに届けられると考えています。

数字で見える血液事情

16~69歳

200mLの全血献血が可能な年齢。400mL献血は男性17~69歳、女性18~69歳。成分献血は血漿が男女18~69歳、血小板が男性18~69歳、女性18~54歳。ただし、65~69歳までの方は、60~64歳までに献血の経験がある方に限ります。その他、国が定めた基準などにより医師が総合的に判断してお願いしています。

488万人

平成27年度の献血者数。うち男性が約349万人、女性が約139万人。年代別では、40~49歳からの協力が28.9%を占めていて、一番多くなっています。

151カ所

献血ができる場所の数。その他、献血バスや各種イベントなどでも受け付けています。全ての献血ルームで骨髄バンクへの登録もできます。

更新情報はこちらまで。
<http://www.jrc.or.jp/donation>



赤血球 21日間
血小板 4日間

輸血用血液製剤有効期間。長期保存することができないので、継続的に献血をお願いしています。

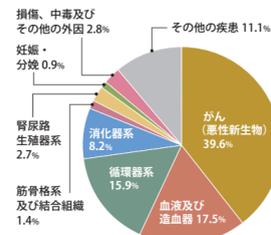
3000人

輸血を受けている患者さんの1日あたりの平均人数。年間約1900万本の血液製剤が医療機関に供給されています。

39.6%

輸血は事故による大量出血の際にも行われますが、39.6%と最も多いのが「がん(悪性新生物)治療」への使用。抗がん剤治療により造血機能が抑えられ、血液を十分につくることができない場合などに行われています。

疾病別輸血状況



(平成26年東京都輸血状況調査集計結果)



冬季の避難所生活に備え 体感型イベントを展開

北海道

北海道労済が11月23日に開いた冬季体感型防災イベント「ぼうさいタウン」で北海道支部は、一次救命処置を学ぶコーナーや避難時の持ち物を考えるクイズコーナーなどを展開しました。

約300人の参加者はグループに分かれ、心肺蘇生の方法やAED(自動体外式除細動器)の使い方を学んだり、クイズにチャレンジ。参加者からは「胸骨圧迫は結構力があるんですね」といった感想が出されました。また、会場では日赤北海道看護大学の根本教授が、冬の避難所での寒さのしのぎ方をレクチャー。段ボールベッドや段ボールパーテーションの組み立て体験も行われました。



段ボールは、床の冷たさを防いだり、プライバシー保護に大きな役割を果たします

赤十字の心「人道・博愛」で村づくり

青森県

青森県下北郡佐井村で11月13日、「赤十字の里づくり推進大会」が開催されました。日露戦争の戦場で「手製の赤十字旗」を掲げ、負傷兵70数人の命を救った三上剛太郎医師の故郷が同村。三上医師の精神を受け継ごうと、「赤十字の旗ひるがえる里づくり」事業に取り組んでいます。



コンクールで特選に選ばれた標語「わたしがつなく赤十字の思い」を記した記念標柱の除幕式も開催

推進大会には樋口秀視分区分長(村長)をはじめ、青少年赤十字(JRC)メンバーや奉仕団など赤十字関係者らが参加。JRC加盟校での清掃奉仕や熊本地震被災者支援のための義援金募集活動などが発表されたほか、標語コンクールの表彰も行われ、入選した9作品の応募者に賞状などが贈られました。

気づき、考え、実行する子どもを育てよう JRC研究発表会

香川県

香川県の丸亀市立城坤小学校(虫本利久校長)で11月16日、「青少年赤十字研究推進校 青少年赤十字研究発表会」が開催されました。今回の研究主題は「気づき、考え、実行する子どもの育成—自立・協働を支える支援を求めて—」。さまざまなテーマの公開授業や研究発表が行われました。



児童自身が気づき、考え、実行できるよう、豊かな人間性を育みます

日本赤十字社が全国での普及に力を入れている「防災教育プログラム」の授業も行われ、児童一人一人が真剣に問題解決に取り組みました。また研究推進校として青少年赤十字の普及や発展に大きく貢献したことをたたえ、香川県赤十字賛助奉仕団から虫本校長に対し、感謝状が手渡されました。

笑顔があるから元気になれる 4世代交流レク大会

沖縄県

特別養護老人ホームやデイサービス、児童館、保育園などを併設している日赤安謝福祉複合施設で11月26日、0歳から104歳までの4世代が交流するレクリエーション大会が開かれました。



子どもたちに思いやりの心を育み、高齢者に活力を与える世代間交流

大会は平成10年から開催されているもので、今年は住民や学生ボランティアらを含め、約270人が参加。障害物競走やボール回し、踊りなどのプログラムを通して、世代間の交流を楽しみました。児童館に通う儀保愛佳さん(小5)は「104歳で元気に参加できるなんてすごい」と驚いた様子。選手宣誓した高良都志子さん(102歳)は長生きの秘訣について「早寝、早起き 腹八分」と笑顔で話しました。

外国人住民を対象に救急法体験コーナー

愛知県

愛知県豊橋市のこども未来館で11月20日に開催された「インターナショナルフェスティバル2016」に愛知県支部がブースを出展。外国人住民を対象にした救急法体験などを行いました。



外国人住民の救急法体験に主催者からは「今後も赤十字の講習などを通じて、防災・減災の知識や技術を身につけてもらいたい」との声が

同フェスティバルは「平和・交流・共生のまち」をテーマに国際交流を楽しむイベント。市内に住むブラジルやインドネシアなど海外出身の住民が参加しました。救急法体験には、赤十字救急法救急員の資格を持つインドネシア出身の小川ニアさんも通訳として協力。参加者からは「日赤が外国人を対象とした事業をしていることを知らなかった。講習などの機会があったら参加したい」といった声が出されました。

地域の防災力を確認しよう 日赤看護大でワークショップ

東京都

日本赤十字看護大学(東京都渋谷区)で12月4日、災害に強いコミュニティづくりを目指した災害ワークショップが開かれ、区職員や近隣の病院、薬剤師会など地域の方を中心に28人が参加。災害時の避難のあり方などについて認識を深めました。



地域の避難所と避難ルートも地図を見ながら確認しました

ワークショップは、同大が地域との連携に取り組む「ケアリング・フロンティア広尾」による広尾防災プロジェクト活動として実施。参加者からは「(災害時は)都立広尾病院や日赤医療センターに住民が殺到するのでは」「入院中の患者を心配する家族が病院に寝泊まりすることが予測される」など、想定されるさまざまな問題点も指摘されました。

連携課題に各地で災害救護の合同訓練

愛知県 / 京都府 / 兵庫県 / 中四国ブロック

災害時の救護活動には支援に携わるさまざまな機関との連携が重要。日赤の各支部ではそうした事態に備え、関係各機関との合同訓練に力を入れています。



春日井赤十字奉仕団は豚汁と包装食袋を利用したご飯の炊き出しを実施(愛知県)

愛知県支部が春日井市と共催した11月9日の「地域のための防災・減災訓練」では、県支部救護班と春日井市民病院の両医療救護チームが合同で医療救護実働訓練に取り組みました。訓練には多くの地域住民も参加し、炊き出しや救急法講習を体験しました。



除染ブースでは受け入れ方法の確認が行われました(京都府)

京都府支部は11月27日、丹波自然運動公園で京都DMATや自衛隊、消防、警察との合同訓練を実施。生物・化学汚染などを想定した除染ブースの構築などを行いました。また、12月2日には京都府刑務所での防災訓練に参加し、救護班と支部職員が救護所の設営・応急救護活動などを行いました。



負傷者役の聴覚障害者から災害弱者への対応についてアドバイスを受ける多可赤十字病院の救護班(兵庫県)

兵庫県支部では、直下型地震の都市型災害、南海トラフ地震による津波災害、航空機事故、石油コンビナート火災など多様化する災害を想定した訓練に連日取り組みました。11月11日の都市型災害対応訓練では、他の医療機関と連携した救護を確認。同15日の大阪国際空港航空機事故対策総合訓練では、初めて訓練項目にメンタルケアが入り、看護師がこころのケアを行いました。



四国沖を震源とするM8.6クラスの地震発生を想定(中四国ブロック)

日赤内の連携ももちろん重要です。11月12~13日に徳島県で行われた「平成28年度中国四国各県支部合同災害救護訓練」には各県支部の救護班が参集し、救護の運用マニュアル検証や中四国9県の連携強化に取り組みました。

知って良かった!

日赤のドクター&ナースが教える健康豆知識



③1 重大な健康障害を招く暴飲暴食

清水赤十字病院 院長 藤城貴教

食べ過ぎ・飲み過ぎは、お腹が苦しくなったり、酔って吐いたりするだけでなく、さまざまな病につながる危険行為。「正月ぐらいなら…」の油断は禁物です。まず飲み過ぎですが、脂肪肝や肝硬変、肝臓がんなどのリスクを高めてしまいます。特に危険なのは、すぐに顔が赤くなる、お酒の弱い方。アルコール分解過程で発生する有害物質のアセトアルデヒドを無害化する酵素がなく(弱く)、食道がんのリスクが高くなることも分かっています。

また、食事を取らずにお酒ばかり飲むような方は、急激な意識障害などを伴うウェルニッケ脳症になる危険があります。ビタミンB1不足とアルコール摂取が結びつくことで、中枢神経が影響を受けるもので、慢性化するとアルコール性認知症に。40~50代で発症する方も少なくありません。

一方食べ過ぎは、塩分や糖分、脂肪などの過剰摂取になり、メタボリックシンドロームに直結します。糖尿病や高血圧などの生活習慣病、狭心症や心筋梗塞、脳卒中…。逆流性食道炎とそれが原因の肺炎にかかることもあります。高齢者の場合、体重増加に伴う転倒の危険も無視できません。

“一日ぐらいの暴食なら…”と思うのは間違い。短期的にも塩分の取り過ぎは

血圧を高めたり、むくみの発生原因になるからです。

食べ過ぎ予防には、ゆっくり食べるのが有効。脳の満腹中枢が働くまでには時間がかかるので、早食いは暴食の元。満腹中枢への刺激を強くするため、良くかんで食べることも大切です。また塩分が少なくビタミンや食物繊維の豊富な野菜から食べ始めることが、暴食のリスクを減らすことにつながります。

アルコールについては、厚生労働省が「健康日本21」の中で、“一日20グラム(日本酒換算で1合程度)、週2回は休肝日を”という基準を出しているように、適量はかなり少な目です。飲酒リスクを理解し、適量を守る自覚につなげて欲しいと思います。



食事は人との会話を楽しみながら。会話を挟むことが、ゆっくり食べることにつながります。お酒は食事と一緒に取りましょう

清水赤十字病院
〒089-0138
北海道上川郡清水町南2条2-1
TEL 0156-62-2513 (代表)

映画紹介

日本赤十字社推薦『うさぎ追いつし 山極勝三郎物語』

日本赤十字社推薦の映画『うさぎ追いつし 山極勝三郎物語』(監督・近藤明男)が現在、全国順次絶賛公開中です。同作は、がんの発生原因と治療法の解明に道を開いた山極勝三郎の生涯を描いたヒューマンドラマ。「がんを作ることができれば、がんは治せる」という信念のもと、100年前に世界で初めて人工的ながんの発生実験に成功した勝三郎は、ノーベル生理学・医学賞の候補にもなった病理学者です。献身的な妻・かね子の存在と郷里・長野県上田への郷土愛に支えられた勝三郎の不屈の魂、そして人生の軌跡をご覧ください。



©2016「うさぎ追いつし-山極勝三郎物語-」製作委員会

主演は遠藤憲一。共演は水野真紀、豊原功補、岡部尚、高橋恵子、北大路欣也ほか。公式サイト》http://usagioishi.jp/

参加企業・団体 募集中!

「私たちは、忘れない。」

未来につなげるプロジェクト(3月1~31日)

6年前の東日本大震災、そして昨年の熊本地震。こうした災害の経験を未来に引き継ぎ、将来への備えにつなげていくため、日本赤十字社は3月の1カ月間、「私たちは、忘れない。~未来へつなげるプロジェクト~」を実施します。期間中は「3・11」のシンボルマークがデザインされたバッジを日赤の全職員が着用するほか、全国の各支部・施設で震災復興や防災イベントなどに取り組みます。

初めて行われた昨年は、航空会社や食品メーカー、タクシー会社など全国の企業20社以上がプロジェクトに賛同。各社の業務内容に合わせたアイデアあふれる取り組みで、被災地応援や未来へのメッセージをいただきました。今年も多くの企業に参加いただきますよう、心よりお願い申し上げます。



赤十字ライトアップ運動

「人道」ともしびを日本中に

赤十字の創始者アンリー・デュナン生誕日の5月8日は世界赤十字デー。日本赤十字社では、この日を中心に日本各地を赤十字色に彩る「赤十字ライトアップ運動」に取り組みます。紛争や災害で苦しむ人に寄り添い、人道活動を行う赤十字運動への理解を深める機会にさせていただこうと、昨年スタートしたイベントです。今年も幅広い企業・団体に参加いただきますようお願い申し上げます。

初めて取り組んだ昨年5月は、歴史的建造物やランドマークなど全国24施設が参加。前月に発生した熊本地震の被災者や救護・支援活動に取り組む方への応援の思いを込めて、全国を照らしました。



「私たちは、忘れない。」未来につなげるプロジェクト、「赤十字ライトアップ運動」への参加に関してのお問い合わせは answer-koho@jrc.or.jpまでお寄せください。

活動資金ご協力をお願い

人間を救うのは、人間だ。

被災地での救護活動や配布される救援物資、青少年への防災教育活動、救急法の講習など、日本赤十字社が活動するための資金はどのように成り立っているのでしょうか。

答えは、皆さまからのご寄付です。いざ災害が起こったとき、迅速に支援するためには日常からの準備が必要です。皆さまからの継続したご支援で、緊急支援から復興・防災などの長期的な活動を展開することができます。

赤十字は人間のいのちと健康、尊厳を守る現場で活動しています。サポート方法には以下の方法があります。

- ①お住まいのお近くの赤十字窓口から (全国47都道府県に支部を設置しています)
- ②口座振替による継続的な支援
- ③クレジットカードによる継続的な支援

詳しくは、パートナーシップ推進部(03-3437-7081)へお問い合わせください。または、日赤ホームページをご覧ください。



[日赤 活動支援](#) [検索](#)

プレゼント

けんけつちゃんストラップを10名様にプレゼントいたします。以下の項目を明記のうえ、郵送・FAX・メールでご応募ください。



- ①お名前(匿名をご希望の方は、その旨もご記入ください)
- ②郵便番号・ご住所 ③電話番号 ④年齢
- ⑤赤十字NEWS1月号を手にした場所(例/献血ルーム)
- ⑥1月号で良かった記事、興味深かった記事はどれですか?(いくつでも)
 - ①創立140周年 ②日本赤十字社社長 新春ご挨拶
 - ③平成29年「はたちの献血」キャンペーン
 - ④第11回「赤十字・いのちと献血俳句コンテスト」
 - ⑤熊本地震被災地で炊き出し ⑥平成28年熊本地震災害 義援金情報
 - ⑦ベトナム・マンガローブ植林を通じた災害対策事業
 - ⑧特集 輸血を受けた方から感謝の声 ⑨エリアニュース ⑩映画紹介
 - ⑪「私たちは、忘れない。」「ライトアップ」のお知らせ ⑫健康豆知識 暴飲暴食
 - ⑬常任理事会開催報告 ⑭天皇后両陛下から御下賜金 ⑮プレゼント
 - ⑯救急法普及支援事業 ⑰ICRC意識調査 ⑱人道支援の現場から
- ⑦赤十字NEWSのご感想、扱ってほしいテーマ、その他Voice(読者の声)への投稿もお待ちしています。

応募先 ● 郵 送/〒105-8521 東京都港区芝大門1-1-3
日本赤十字社 広報室
赤十字NEWS 1月号プレゼント係
FAX/03-6679-0785
メール/koho@jrc.or.jp
(件名「赤十字NEWS 1月号プレゼント係」)

ウェブ上からもアンケートにお答えいただけます
http://questant.jp/q/news_201701

応募締切 ● 1月30日(月)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。

訂正とお詫び

赤十字NEWS12月号(第919号)の7面「雪上安全法の受講者募集」の記事で、日程に間違いがございました。正しくは、東日本会場(万座温泉スキー場)での雪上安全法救助員I養成講習が2017年2月2日(木)、雪上安全法救助員II養成講習が2017年2月3日(金)~5日(日)、西日本会場(だいせんホワイトリゾート)での雪上安全法救助員I養成講習が2017年2月9日(木)、雪上安全法救助員II養成講習が2月10日(金)~12日(日)でした。訂正し、お詫び申し上げます。



アジア・大洋州地域における 姉妹社の救急法普及支援事業 ～アジアの仲間たちに応急手当の普及を～

世界各国の赤十字・赤新月社では、紛争や災害で命を落としたり負傷したりする人々を減らすため、年間1500万人以上に応急手当の講習を行っています。日本赤十字社では、国内での実績を生かして、2004年から東ティモール、2008年からはカンボジア及びミャンマーの赤十字社に対して、財政と人材育成の両面から応急手当の普及事業を支援しています。

前進し続ける 応急手当の普及

2002年に独立した東ティモール。有機栽培コーヒーの輸出と天然資源により徐々に経済成長を遂げ、道路交通量が爆発的に増加しました。一方で交通インフラの整備が追いつかず、交通事故が絶えません。救急隊の到着まで、首都デシリ市内で30～40分、郊外では3～4時間もかかるため、市民の手で命を守る応急手当の普及が重要な課題になっています。

日赤はこうした背景から、救急法指導員を派遣して技術面での支援を展開しています。東ティモール赤十字社の指導員は高いモチベーションと責任感を持つ

て技能を練磨している様子が研修から伝わります。資金の確保や資材の管理、人材の育成など多くの課題を抱えつつも、職員の熱意と努力によって、救急法の知識・技術の向上、マニュアルの作成、指導員育成など着実に前進しています。

「1家族に1人は ファーストエイダー」を!

「2020年までに各家庭で最低一人は救急法トレーニングを受ける」という目標掲げるカンボジア。ウォーター・フェスティバルで399人が亡くなった2010年の事故をきっかけに、応急手当に関する関心が高まり、現在、労働省などと連携して各家庭、事業所などに救急法の普及を進めています。



足の骨折を固定する指導員養成講習の様子(東ティモール)

日赤は、カンボジア赤十字社のボランティア指導員の知識と技術の向上に向け、蘇生ガイドライン*に基づく支援を行っています。参加した熊本県支部のボランティア指導員、伴哲司さんは、「現地の赤十字スタッフは、強い熱意と行動で目標を達成しようとチャレンジしていました。日赤の支援が、カンボジア国民の生活向上に貢献していることも実感できました」と感想を述べています。

*救命率向上のために日本蘇生協議会(日赤も参加)が作成した心配蘇生法のガイドライン

地域コミュニティで 助け合うために

2011年に民政移管し、経済的な発展が進むミャンマー。交通量の増加により事故が多発している一方で、病院や救急制度が不十分なため、ミャンマー赤十字社では地域コミュニティに対する応急手当の普及に力を入れています。



カンボジア赤十字社アン・チャンティニー事務総長(中央)と日赤メンバー

日赤では毎年救急法指導員を派遣し、現地の指導者のスキルアップ研修会を支援しています。研修会の参加者は「日本のように救急車はすぐ来ません。自ら手当てを学び、自分の村で普及することが大切です」と真剣そのもの。「バイクで転倒して胸を強打しました。どのような手当てが適切ですか?」といったケーススタディーを数多く取り入れ、参加者同士で意見を出し合い、みんなで手当てをします。

日本国内で培った応急手当の知識と技術は、海を越えて各国の人々の健康と安全にもつながっています。

「国際人道法(戦争ルール)を守れ」と市民の多数派 ICRCの意識調査で明らかに

紛争下の医療従事者は敵味方の区別なく傷病者を治療すべきだ―。戦争のルールに関する人々の意識を探る赤十字国際委員会(ICRC)の調査で約7割の市民がそう考えていることが明らかになりました。調査は、紛争下の国や国連常任理事国を含む世界16カ国を対象に昨年6月から9月に実施。約1万7000人の回答をまとめたものです。

“敵味方の区別ない救助”は、赤十字

の原点ともいうべき原則ですが、この原則への賛成は全体の71%に。医療機関や医療従事者への攻撃についても82%が「良くない」と回答しました。

一般市民を巻き込む戦闘行為や、人道支援従事者への攻撃については、それぞれ約6割の人が「間違っている」と回答。紛争下で暮らす市民ほど「間違っている」と考える人が多いことも明らかになりました。

一方、拷問の是非については約6割が「許されない」と回答しましたが、「軍の機密情報を入手するためならば許される」という回答も36%に上りました。

今回の調査結果についてICRCのペーター・マウラー総裁は「大多数の人々が国際人道法を守ることが重要だと考えていることを知り心を動かされました。しかし、私たちは日々現場で国際人道法違反を目



戦争犠牲者を運び出す医療チーム(南スーダン)

の当たり前にしています。調査と現実とは真逆の結果でした」と指摘。その上で「紛争下の人々が強いられている苦痛に無関心でいるのではなく、彼らの苦しみを想像して心を寄せてください」と訴えています。



新野 智子
Tomoko Niino

ネパール地震復興支援事業(事業管理)
本社(囑託)

冬の寒さが届けてくれた事務所スタッフとの絆

2015年4月の震災後、復興機運が高まった矢先の9月下旬に治安の悪化からインドとの国境が封鎖されました。復興に不可欠な資材や燃料、日用品が入手困難になり、ガソリンスタンドには数キロの車列。冬が近づき気温が急激に下がる中、調理や暖房用のガスボンベの価格は5倍に高騰しました。カトマンズ市内を行き交う車両はなくなり、私たち事務所スタッフもガソリン不足で事業地への行き来がままならなくなりました。

水力発電に頼るネパールでは乾期である冬の日中、通電はありません。そのため、デスク作業をする事務所の室内温度は摂氏5度にまで低下。寒さでかじかんだ指でキーボードをたたきながら、「事務所を一時閉鎖し、日本に帰りたい」と何度も思いました。復興支援に駆けつけたのに、自分たちの生活にさえ支障をきたす冬を迎えるとは、いったい誰が予期できたでしょうか?

しかし、図らずも強まったのは事務所スタッフの絆です。みんなで寒さに耐えながら、与えられた状況を何とか乗り切ろうと知恵を出し合い、工夫をしながら、事務所を支えました。市内を駆け回り、燃費のいい暖房器具や小さなガスボンベを探し出してくれた若手職員。入荷した蓄電器を、すぐに納品するよう何度も業者に掛け合ってくれた現地スタッフ。凍るような水で事務所を掃除し、限られた燃料で全員の昼食を用意してくれたのはお手伝いさんです。大家さんは、温かいものを食べられるようにとガスボンベを調達してくれました。

あの冬から一年、山岳地帯の診療所4棟が再建され、復興支援もようやく成果が見え始めました。それでも被災地の復興にはまだ時間がかかります。現地の人の“おもてなし”に甘えながらも、あの冬の逼迫した状況下で培った事務所の一休感がこれからも日赤の復興支援の基盤になっていくのだろうと期待しています。

人道支援の現場から

6