

赤十字 NEWS

JANUARY 2020
NO.956

1

令和2年1月1日(毎月1日発行)
赤十字新聞 第956号
昭和24年9月30日 第三種郵便物認可

http://www.jrc.or.jp

「はたちの献血」キャンペーン
乃木坂46
梅澤美波さん、遠藤さくらさん、
賀喜遙香さん、久保史緒里さん、
齋藤飛鳥さんが登場!



CONTENTS

FEATURE_2・3

あなたの献血が希望でした
見えない誰かに
心からのありがとう

TOPICS_4・5

大塚義治日赤社長 年頭のご挨拶
「期待と信頼に応える年に」

皇后陛下から
手拭いの御下賜

赤井十子さんの
ワクワク赤十字体験!
早期回復・早期自立を
支えるお仕事

AREA NEWS_6・7

全国/富山/京都/山梨/香川/
長野/静岡/広島

Column

[健康豆知識]
誤嚥を防ぐ

WORLD NEWS_8

赤十字の国際会議

1枚の写真から
(バングラデシュ南部避難民キャンプ)



人間を救うのは、人間だ。

はたちの献血
#献血is



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会費に含まれています。

※今月号の表紙は「はたちの献血」キャンペーンの記念品(クリアファイル)のデザインです。
詳しくは、p3をご覧ください。

人間を救うのは、人間だ。



見えない誰かに | あなたの献血が希望でした 心からのありがとう

がんや白血病、事故での大量出血などの治療において、毎日約3000人もの命が献血によって救われています。きっかけが何であれ、献血は命を救うボランティア。今回、誰かが提供してくれた血液のおかげで白血病を克服することができた2人の若者に、献血への思いを伺いました。



早川史哉さん

はやかわ・ふみや 1994年1月12日、新潟生まれ。日本プロサッカーリーグ、アルビレックス新潟所属。幼少期よりサッカーを始め、筑波大学を卒業した2016年にプロ入りし、その年のJ1リーグ開幕戦で先発フル出場を果たすが、直後に急性白血病を患う。骨髄移植手術、リハビリを乗り越えて、2019年10月5日、3年7カ月ぶりにピッチへ復帰。昨年、闘病の様子をつづった著書「そして歩き出す サッカーと白血病と僕の日常」を上梓した。



復帰してすぐに、「試合会場に献血バスを」と新潟県赤十字血液センターに連絡してくれた早川選手。スポーツの持つ力との“掛け算”で、献血の輪が大きく広がることを願っているそう。自身のSNSでも積極的に献血のPRをしています。

早川選手が
献血ルームから
動画でレポート！



アルビレックス新潟のファンクラブ限定動画を、新潟県赤十字血液センター公式YouTubeチャンネルで公開します。献血をしたことで献血ができなくなった早川選手。新潟の献血ルームで献血の流れを模擬体験し、「多くの人に献血というアクションを起こしてもらいたい」と語りました。

僕を助けてくれた誰かの血液 温かいつながりが、広がるように…

大学卒業後、実家のある新潟のサッカークラブ、アルビレックス新潟と契約し、念願の公式戦フル出場、プロとしての第一歩を踏み出した!と、家族や友人とも喜びを分かち合った矢先に、急性白血病が発覚しました。それから再びサッカーの試合に出場するまで、1287日。抗がん剤治療、骨髄移植手術、歩くこともままならない状態からプロのサッカー選手として復活するためのリハビリ…言葉では言い尽くせない、苦しい日々でした。

白血病になったことを「良い経験だった」とは決して言えませんが、病気を経験したからこそ得られたものがあります。それは、多くの人に支えられ、今の自分があるということ深く理解できたことです。家族や友人だけではなく、僕を待っていてくれたサッカークラブのスタッフ、サポーター、そして今この瞬間も闘病中で、病院でサッカーの試合を見ている大人や子どもたち。もちろん、献血によって、病気と闘うために必要な血液を提供してくれた人々も。たくさんの人からもらった「思い」をパワーに変えて、もっと活躍する姿を見せて、元気を与えたいです。

長い闘病生活の中で、たくさんの薬剤を体に取り込みましたが、輸血は特別なものでした。僕は輸血を受けると、体が他人の血液に含まれる抗体に反応し、顔に赤みやかゆみが出る体質でした。しかし、それこそが、化学的な薬品ではなく「生きている誰かの血液」が自分の中で病気と闘う力を与えてくれている、と実感できるものでした。実は、僕の父は献血マニアで、学生時代に帰省すると献血ルームに連れていかれ、献血に付き合ったことがあります。でも、あの献血がこんなふうに使われるなんて、白血病になって輸血を受けるまで、リアルに想像することはなかったのです。

僕が受けた輸血の回数は十数回。つまり、十数人の血液が僕の中に…。サッカーの魅力は、チーム全体で補い合い、応援してくれる人々と1つになって勝利を目指すところですが、献血も、温かな気遣い、優しい思いが集まって誰かを救うことになるのが素晴らしい。献血という良いつながりが、もっと広がることを願っています。

「ラジオのお仕事でも私の体験を話します。多くの人に聞かれることで、『売名行為だ』と批判されることもあります。私にしてみれば、私のお話を聞いて『献血に行きました』と報告してくれる人がいると、もっと広く、多くの人に、献血のことを伝えていかなきゃ!と思います」



友寄 蓮さん

ともよせ・れん 1995年3月29日、東京都生まれ。高校2年生のときに急性リンパ性白血病を発症し、闘病生活を送る。2013年、芸能界デビュー。タレントとして活躍する傍ら、若い世代に向けた献血推進活動にも取り組む。レインボータウンFM(88.5MHz)「Emotional Beat 姫ラジ」(毎月第2土曜16時〜、サイマルラジオやリスラジ、YouTube Liveで視聴可能)に生出演中。

100人以上の血液に生かされた私 献血は、大きな愛です

白血病が見つかったのは高校2年生のときでした。何をしてもダルくて眠くて、階段も息切れて上がれない。でも体調の悪さを周囲に理解してもらえなかった。母でさえも、食事はできるのに具合が悪いなんて、と…。だから白血病が判明した時は「そういう病気だったのか」と妙に納得し、むしろ告知と同時に受けた輸血のパワーで力が戻り、もう大丈夫と闘病を楽観視していました。

そこから1年4カ月に及ぶ入院生活が始まります。抗がん剤治療はとても苦しく、副作用で髪がまばらに抜け、顔がぼんぼんに腫れ上がりました。口の中全体に口内炎ができて、痛くて話すこともできない時期もありました。高校の

友人から「白血病は余命がヤバいんでしょ」なんて言葉を投げ掛けられたり、楽しみだった修学旅行に行けなかったり、憤りと悲しみ、終わりの見えない苦しい治療に耐え切れず、母に「病気になる私をなぜ産んだの」と責めてしまったことも。母も苦しむ私をそばで見守ることしかできず、つらい思いをしていたのに…。

闘病中に私が受けた輸血は100回以上、つまり100人以上の血液が使われました。輸血のたびに、どん底の状態からよみがえりました。私は、血液を提供してくれた人々に、救ってくれてありがとう、命を支えてくれてありがとう!と、お礼がしたい。そして、できれば私も献血して、誰かを救いたい。でも、輸血を

受けた人は献血ができません。今、私の使命は、人々の気持ちを動かして献血に行ってもらおうことだと思っています。献血は強制できるものではないから、今まで「何となくやらない」を選択していた人たちの気持ちを動かせるように。顔の見えない相手を救う、それは、ものすごい大きな愛だと思うんです。



昨年につき、乃木坂46のメンバーが「献血」を呼びかけます!



「はたちの献血」キャンペーン(1月1日~2月29日)では、昨年からキャンペーンキャラクターを務める人気アイドルグループ、乃木坂46の齋藤飛鳥さんと新たに加わった4人のメンバーを迎えて、今年も若い世代に献血を呼びかけます。新CMでは、乃木坂46のメンバー5人が渋谷スクランブル交差点で「献血のきっかけは?」と語り出す場面からスタート。価値観の多様化が広がる現代の若者に向けて、献血するさまざまな「きっかけ」を伝える内容となっています。「きっかけ」が何であっても、献血は輸血を待っている方の「希望」です。皆さまの献血へのご協力を願っています。

ポスター

左より梅澤美波さん、久保史緒里さん、齋藤飛鳥さん、遠藤さくらさん、賀喜遥香さん

オリジナルクリアファイル



オリジナルカードケース



キャンペーン期間中に配布される記念品は先着順でなくなり次第終了となります。配布には条件がありますので、詳細はWebサイトでご確認ください。

「はたちの献血」Webサイト公開中!
<https://www.min-ketsu.jp/hatachi/>



TOPICS

謹賀新年

期待と信頼に 応える年に

日本赤十字社社長 大塚義治



赤十字創立から140年余 時代の変化に対応し、さらなる挑戦を!

明けましておめでとうございます。

昨年11月に行われた天皇、皇后両陛下のご即位パレードは、いまでも多くの方の記憶に鮮やかに残るものではないでしょうか。澄み切った青空の下、両陛下の晴れやかな笑顔と沿道を埋め尽くした観衆の声援。日本全体に祝福の空気が広がり、新時代「令和」の幕開けを改めて実感させられました。

そして、日本赤十字社にとりましても、新名誉総裁をお迎えし、記念すべき年となったことはご承知のとおりです。

こうした慶事の一方で、昨年は、たび重なる

災害によって、広範囲に甚大な被害が生じた年でもありました。特に、台風19号では河川の氾濫によって多くの方が平穏な暮らしを脅かされ、農業への被害なども深刻なものとなりました。

日赤も、延べ800人を超える医療救護班を派遣し、各地に支援物資をお届けしましたが、特筆すべきは、災害発生直後から開始された赤十字奉仕団の活躍です。被災地の方からお手紙で「避難所での赤十字ボランティアさんの献身的な活動は、本当に心強く、ありがたかった」とのお声をいただきましたが、こうした支援活動が被災各地で力強く展開されました。

初代社長佐野常民は、博愛社誕生の際にこう説いています。「真正の文明は道徳的行動の進歩と相伴わざるべからず」。社会が進歩・発展していくには、道徳的行動が伴わなければならない、それを実践するのが博愛社、すなわち後の赤十字であると。

それから140年あまり、赤十字の諸先輩たちが、病や貧困、災害や紛争などで苦しんでいる人々を見過ごすことはできないという、人として誰もが持つ自然な心情に基づいて、その時々での社会の状況に応じながら幅広い活動を積み重ね、また、救護・医療・血液・社会福祉・国際貢献などの事業を組織的に展開することによって、今日の日赤を作り上げてきたのです。

この歴史と伝統は、何にも代え難い貴重な財産です。私たちには、これをきちんと継承し、さらに発展させ、次の世代に引き継いでいく責任があります。

しかし、時代の変化はますます加速し、我々が取り組むべき課題はさらに広がりを見せています。例えば、近年、自然災害が激甚化・頻発化しているだけでなく、発災のたびに新たな課題が浮き彫りになり、より柔軟で、被災者のニーズに即した多様な支援が求められています。また、超少子高齢化をはじめとする社会の構造変化に伴い、医療・福祉事業にも大きな改革の波が押し寄せています。血液事業においても、これまで蓄積されてきた人的、物的資源を生かし広く国民の健康維持に貢献することができないか、新たな方向が模索されています。国際活動の分野でも、グローバル化の進展、激動する国際政治経済、地球温暖化といった動きの中で、新しいタイプの人道問題が次々に生じてきているのです。

こうしたさまざまな変化に対応するために、柔軟な発想に立って考えること、そして、失敗を恐れず果敢に挑戦する姿勢が、いま日赤全体に求められていると考えます。

私たちには、多くの仲間と、私たちの活動を期待し、信頼してくれている多くの人々があります。そうした人々の期待と信頼に応えるために、私たちは引き続き、たゆまぬ努力を続けてまいります。

どうぞ本年も、温かく力強いご支援をたまりませんようお願いいたします。



社長として全国各地の赤十字大会で登壇(写真は富山県支部創立130周年記念大会)



皇后陛下から日本手拭いの御下賜 ～上皇后陛下より受け継がれた思い

日本赤十字社の名誉総裁である皇后陛下から、日本手拭いの御下賜がありました。これまでも毎年、皇后陛下の御誕生日には、日本赤十字社に数百本の手拭いが下賜されており、今年で62回目を数えます。平成30年に上皇后陛下から賜った手拭いは図柄が「紙風船」でしたが、今回から「ゆず」に変わり、日赤の福祉施設や病院に600本が配布されました。

山口県の小野田赤十字老人保健施設「あんじゅ」では、施設入所者のうち43人が出席し贈呈式が行われました。清水良一所長から一人一人に手渡されると、入所者は「今日は、まことにありがとうございました。これからも元気に頑張ります」「こんな素晴らしいものをいただきありがとうございます。心より御礼申し上げます」と口々に喜びを語りました。また、兵庫県の多可赤十字老人保健施設で手拭いを受け取られた105歳の園崎武さんは、「本日は、思いがけなく皇后陛下から手拭いをいただき、ありがとうございます」、99歳の井上なつゑさんは「天皇陛下、皇后陛下、どうかお元気であらせられますようにお祈りいたします。ありがたいことです」と感謝の言葉を述べました。



小野田赤十字老人保健施設「あんじゅ」(山口県) / 「今日いただいた手拭いは、ありがたく使わせていただきたいと思います」(水嶋富美子さん、85歳)と、感激の声が入所者からあがりました



多可赤十字老人保健施設(兵庫県) / 写真左から、高山まさゑさん(84歳)、園崎武さん(105歳)、遠藤とくゑさん(93歳)、井上なつゑさん(99歳)

●平成30年に上皇后陛下から賜った手拭いの図柄



赤井十子さんの ワクワク赤十字体験!

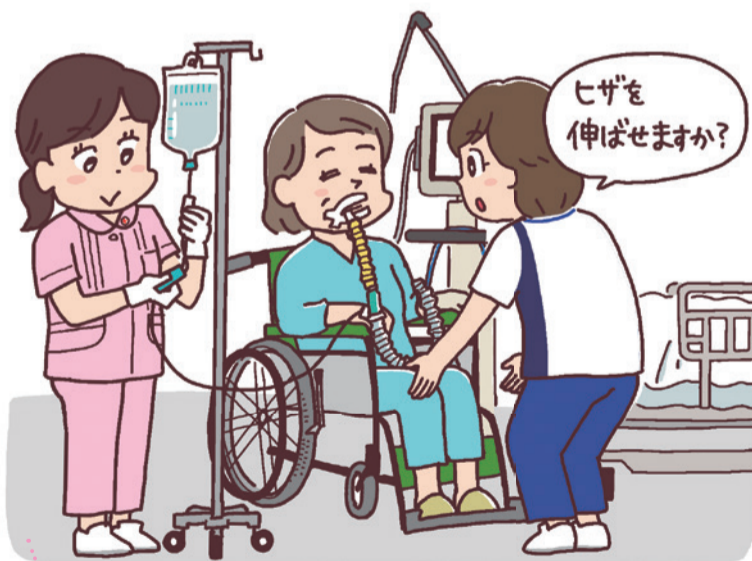
vol.8

早期回復・早期自立を支えるお仕事 (理学療法士)

取材場所

日赤医療センター (東京)

● <ICU:集中治療室>
人工呼吸器をつけていても、リハビリ開始



少しでも早く体を動かし始めることで回復が促進されます。点滴や人工呼吸器などの管がついているので看護師と協力しあって、慎重に行います。

● <リハビリ室>
退院に向けて運動機能を向上させる



早期回復には、患者自身の前向きな気持ちが大切です。楽しくリハビリできるように患者さんのお話を傾聴しながら、安全面にも注意して運動を行います。

寝たきりや運動機能の低下を防ぎ、自立した日常生活が送れるようにサポート

医療の現場では、医師・看護師・薬剤師のほかリハビリスタッフ(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)、栄養士など多くの職種が共同作業で患者のケアにあたる「チーム医療」が行われています。中でも理学療法士は早期回復に欠かせない存在です。理学療法士によるリハビリは、ICUや一般の病室の中でも始まり、ベッドで起き上がる、ベッドから車椅子に移動するなどの動作によって運動機能の回復を促します。また、リハビリ室に通える状態であれば、歩行練習などの運動療法や、電気などを使った物理療法を用います。理学療法士が目指すのは、患者が運動機能を回復させて、日常のあらゆる動作をスムーズに行えるようになること、そして患者の生活の質(QOL)が向上することです。



あかいとおこ
赤井十子さん。
困っている人の役に立ちたい40代のママ。1年間のボランティア経験を経て、日本赤十字社の特命職員に！さまざまな活動をわかりやすく体験レポートします。

AREA NEWS

全国各地、あなたの生活のすぐそばで、日本赤十字社の活動は行われています。

全国

小学生たちが真剣に議論 どうする？ 気候変動による人道危機

12月1日、日赤主催の「海外たすけあい こどもワークショップ」が日本赤十字看護大学で開かれました。世界各地で発生している気候変動による人道危機を子どもたちが学び、解決策を探っていく取り組みです。異常気象による影響を受けるルワンダを取り上げ、「ルワンダの人たちのために何が出来るか？」というテーマで、子どもたち自身がアイデアを発表しました。



「災害に強い食物を作る品種改良」など大人顔負けのアイデアも

全国

支援の気持ちを世界へ届けたい 「海外たすけあい募金」が全国で展開

日赤とNHKが共同で実施している「NHK海外たすけあいキャンペーン」の街頭募金が各地で行われました。毎年恒例のこのキャンペーンでは、これまでに世界157の国と地域を支援。37回目となる今回も、全国各地で赤十字奉仕団員が募金を呼びかけ、紛争や災害、病気といった人道危機により苦しむ世界の人々への温かい支援を募りました。



赤十字奉仕団員が道行く人たちに支援を呼び掛けた(愛知県)

長野県

みなさーん、お元気ですか！ 25年目の高齢者向け健康教室

日赤長野県支部は県内各地で「にこにこ赤十字健康教室」を開催しています。初開催は25年前。ニーズに合わせて内容を発展させていき、現在は65歳以上の高齢者向けに、認知症や寝たきりを予防する内容も取り入れています。元気に長生きするための秘訣を学んだ参加者からは「寒くても引きこもってちゃダメね。いつまでも元気でいます！」との声も聞かれました。



血圧を測定し準備体操からスタート。昼食は赤十字奉仕団の手料理!

静岡県

172万人の「笑顔」を守る 大道芸の世界大会で救護ボランティア

11月1～4日にかけて開催された「大道芸ワールドカップ in 静岡2019」で、日赤静岡県支部の赤十字安全奉仕団と看護奉仕団が救護ボランティアの活動を行いました。同大会での活動は28年目を数えますが、昨年より29万人多い172万人もの人々が来場。奉仕団員は救護ブースを増設し、大道芸パフォーマンスを楽しむ来場者の健康と安全、そして笑顔を守るために尽力しました。



約60人の奉仕団員が協力し、4日間で70人の傷病者を手当てした

常任理事会開催報告

令和元年12月20日、本社において令和元年度第8回の常任理事会が開催されました。今回の常任理事会では、付議事項はありませんでしたが、乳児院の現状、防災・減災に係る取り組み、「海外たすけあいこどもワークショップ」、令和2年「はたちの献血」キャンペーンおよび予算の補正にかかる11月分の社長専決事項等について、それぞれ報告しました。

天皇皇后両陛下から御下賜金

12月24日、天皇皇后両陛下から、日本赤十字社の事業奨励のために金一封を賜りました。この御下賜金は、災害等による被災者救済事業のための資金として有効に使用されます。

present プレゼント

献血絵本 または 書籍「ロヒンギャ問題」

各10名さまに



日赤制作の献血絵本「けんけつのはなし」 小さな兄弟が血液の大切さや、献血による人と人とのつながりを母親と学んでいく、心温まるストーリー。

B

「ロヒンギャ問題とは何か 難民になれない難民」(明石書店刊) 深刻化・複雑化するバングラデシュ南部避難民問題の全体像、避難民の日常の様子をまとめた一冊。日赤職員も寄稿しています。

※国際赤十字では「ロヒンギャ」という表現をしないこととしています。

(明石書店より寄贈)

希望者は、AかBどちらか希望のプレゼントと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 (例/献血ルーム)
- ⑤赤十字 NEWS 1月号を手にされた場所
- 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)

A. 表紙 B. 見えない誰かに心からのありがとう
C. 日赤社長 年頭のご挨拶
D. 皇后陛下から手拭いの御下賜
E. ワクワク赤十字体験
F. エリアニュース
G. 健康豆知識 H. プレゼント
I. ワールドニュース J. 1枚の写真から

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おります。

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 / kaho@jrc.or.jp (件名「赤十字 NEWS 1月号プレゼント係」)
1月31日(金)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

富山県 京都府 山梨県

3府県で創立130周年の記念大会 名誉副総裁、地域の支援者と共に…

創立130周年を迎えた3府県の日赤支部で、相次いで赤十字記念大会が開かれました。

富山県支部では11月6日に記念大会が行われ、約1000人の関係者が列席。富山赤十字病院の医師による被災地での救護活動の発表のほか、立山連峰など富山の大自然を舞台に映画を撮られてきた木村大作監督/カメラマンの講演も行われました。

京都府支部では11月22日に記念大会を開催。同支部で4年ぶりとなるこの大会には日赤の名誉副総

裁である高円宮妃殿下がご臨席されました。長年、赤十字の活動に貢献されている功労者や奉仕団員など約700人が参加しました。

山梨県支部での記念大会には名誉副総裁の寛仁親王妃信子殿下がご臨席。11月28日の大会当日は、功労者への表彰や奉仕団による活動報告などが行われました。また、妃殿下は山梨赤十字病院もご訪問。ケア病棟や化学療法室を視察され、患者の皆さんにお言葉を掛けられました。



映画監督/カメラマン・木村大作氏による記念講演(富山)、活動発表をお聞きになる高円宮妃殿下(京都)、功労者に有功章を授与する寛仁親王妃信子殿下(山梨)

香川県

南海トラフ地震に備えて…防災訓練で石油コンビナートの救援体制を確認

11月6日、日赤香川県支部は「香川県石油コンビナート総合防災訓練」に参加しました。大規模地震による火災を想定し、救護班の派遣や医療機関への搬送など、災害発生時の救護態勢を確認。それに続く11月9～10日には「日本赤十字社中国四国ブロック各県支部合同災害救護訓練」も実施。9県の日赤支部と赤十字病院、関係機関がさらなる連携強化を図っています。



コンビナートでの訓練で負傷者の搬送手順を確認し合う参加者たち

広島県

「最後の美容奉仕」62年続いた調髪ボランティアに幕

12月4日、広島赤十字・原爆病院で調髪ボランティアを行ってきたニュー双葉美容室が62年続いた奉仕活動に幕を下ろしました。1957年12月、美容室の初代経営者・沖従子さんが無料の美容奉仕活動を開始。以来、3代・124回にわたって活動が継続されました。3代目の沖絹子さんは「病氣と関係のない話題で元気が出るようにと、調髪しながらおしゃべりに花を咲かせるのもこの活動

の醍醐味。でも毎回、活動が終わると、自分たちも患者さんから元気をもらっていました」と語ります。かつて原爆病院には「原爆症」によって長期入院を余儀なくされる患者が多く、原爆症の患者や家族は差別にも苦しんだ時代がありました。最後の活動日、半世紀を超えて患者に喜びを届けた奉仕活動に、古川善也院長から感謝状と記念品が贈られる贈呈式が開かれました。



(左)初代・沖従子さん。自身が原爆症で入院した経験から苦しむ人を支える日赤の活動にも共感され、日赤を支援、紺綬褒章を授与された/(中央)最終日は複数の地元メディアから取材を受けた/(右)贈られた感謝状を手にする沖絹子さん

「知って良かった!健康豆知識」は切り取って保存していただけます

日赤のドクター&ナースが教える **健康豆知識**

知って良かった!

食べ物が入って気管に…つらい誤嚥、どうしたら防げる? file. 63

福島赤十字病院 耳鼻咽喉科部長(兼)嚥下・ボイスセンター センター長 多田 靖宏(ただ やすひろ)
福島県福島市八島町7番7号 TEL:024-534-6101

食べ物や飲み物がなんらかの理由で誤って気管に入ってしまった状態を「誤嚥」と呼びます。急いで食事をしたり、一度にたくさんの量を飲み込んだとき、また食事時の姿勢によっても誤嚥は起きますが、一時的なものであれば心配はありません。ただし食事のたびにむせたり、喉の詰まりを感じるようであれば「障害」の疑いがあります。

嚥下障害とは喉の筋肉や神経の衰えなどによって、飲食物を上手に飲み込めなくなった状態を指します。脳梗塞の後遺症や進行性の神経・筋疾患が原因で嚥下障害を併発することが知られていますが、年齢的変化としても起きることがあります。

万が一誤嚥をしても、咳をして吐き出すことができれば問題はありません。しかし加齢や病気によって肺の機能が衰え

ると、誤嚥した物を出すことができず気管からやがて肺に入り、肺炎を引き起こすこともあります。また寝たきりの人の場合、食事だけでなく唾液を誤嚥することもあるので注意が必要です。誤嚥性肺炎で高齢者が命を落とす例は少なくありません。

誤嚥を防ぐには、食事時の姿勢も気をつけましょう。右図のような姿勢を意識すると、気道が狭くなるので誤嚥が起こりにくくなります。また加齢によって嚥下機能はどうしても落ちてしまいますが、喉の筋肉を鍛えるトレーニングで維持することもできます。飲み込む力が衰えたなと感じたら、ぜひ病院や自治体などで指導している嚥下体操を生活の中に取り入れてみてください。

誤嚥防止には、やや顎を引き、軽く前傾した姿勢で食事をしましょう。食事中に頭を上げていると気道が広がり、誤嚥を起こしやすくなります。

赤十字の活動に「寄付」で参加できます!

あなたの寄付でできること

赤十字NEWSは日本赤十字社のさまざまな活動について最新の情報を交え皆様にお伝えします。このような赤十字の活動は、すべて皆様からの会費や寄付によって支えられています。寄付という形で参加することで、あなたの気持ちを誰かのために役立てることが出来ます。活動資金へのご協力をよろしく願ひ致します。

日本赤十字社への寄付は 税制上の優遇措置が受けられます。

◀ご支援はこちらから

安眠セット(1人分) 2000円 緊急セット(1世帯4人分) 3000円

日本赤十字社は災害発生後、救援物資をすぐに被災者の方に届けられるよう、日頃からたくさんの毛布や安眠セット、緊急セットを備蓄しています。

WORLD NEWS

「赤十字の国際会議」



+ スイス



代表者会議に出席し、広島でのフォーラムの様相について語る日赤ユースボランティアの足立晴香さん

世界の赤十字・赤新月社が集まる会議で 日赤が“核兵器廃絶”を発信

世界中の赤十字関係者とジュネーブ条約締約国政府の代表が集まり、世界の人道問題を話し合う「赤十字の国際会議」。

ブータン王国とマーシャル諸島共和国が
国際赤十字・赤新月社連盟の加盟社に！

12月、スイスのジュネーブで2年に1度開かれる連盟総会、赤十字代表者会議が開催されました。世界で起きている災害や紛争などの問題についてさまざまな議論が交わされましたが、中でも大きなテーマの1つとして取り上げられたのは、世界各地に被害をもた



新たに国際赤十字・赤新月社連盟に加盟した、マーシャル諸島共和国の赤十字社社長(左)とブータン王国の赤十字社事務総長(右)

らしている「気候変動」です。今回、気候変動による困難に直面している2つの国、ブータン王国とマーシャル諸島共和国が国際赤十字・赤新月社連盟に加わり、加盟社は192社になりました。集中的な豪雨にたびたび見舞われているブータンでは、鉄砲水や土砂災害などが頻発。マーシャル諸島は干ばつ被害を支えた小さなコミュニティがマーシャル諸島の赤十字社の母体にもなっています。

会期中には4年に1度開催される「赤十字国際会議」も併せて実施。世界中の赤十字関係者およびジュネーブ条約締約国政府の代表が参加するもので、赤十字の最高議決機関という重要な役割を担っています。

日赤ユースボランティアが自分たちの言葉で
核兵器廃絶への取り組みを報告

赤十字代表者会議の場では、日赤が核兵器廃絶に向けた取り組みとして活動報告を行

い、核兵器禁止条約の発効に必要な「50カ国の批准」という今後の課題を指摘しつつ、「より若い世代に確実にバトンを渡していくこと」の重要性を主張。日赤による若年層へ向けた取り組みとして、2019年7月に11カ国の赤十字ユースボランティアが広島に集結したフォーラムの様相などを実際に参加した日赤ユースボランティアが報告しました。広島赤十字・原爆病院への訪問や被爆者との対話の体験を語り、広島や長崎での「フラッシュモブ」を使った啓発活動など、若者の視点ならではの取り組みを積極的に提案しました。

また、今回開催された「赤十字国際会議」では、新しい仲間として加わった2国の課題や若い世代の主張など、多様な意見を取り入れながら深い議論が展開されました。日赤も世界各国の赤十字・赤新月社と協力しながら、世界の人々が直面する人道課題に取り組んでいきます。



うれしそうに、お祭り用のボディペイント(ヘナ)を川瀬看護係長に披露する子どもたち

■このエピソードは「ロヒンギャ問題とは何か 難民になれない難民」(明石書店刊)の一部を再編集したものです。難民と呼ばれる彼らの真の姿を描き出した本書を読者プレゼントします。詳しくは7pの応募要項をご覧ください。
※国際赤十字では、政治的・民族的背景および避難されている方々の多様性に配慮し、「ロヒンギャ」という表現をしないこととしています。



子どもたちの笑顔と、避難民キャンプの複雑な背景

バングラデシュ南部の避難民キャンプには大勢の子どもたちがいます。衣食住、どれを取っても厳しい状況の中、子どもは元気で屈託がありません。あるとき避難民のお祭りがあり、伝統的なボディペイント(ヘナ)を施した腕を親しくなった日赤スタッフに見せにきました。その得意げな様子といったら。

いつもは明るい彼らですが、初めて訪問したキャンプでは5歳ほどの子どもが走って逃げ、テントに身を隠したことがありました。その子がテントから顔をのぞかせたので笑いかけると、大声で他の子たちに向かって何かを伝えています。聞くと「この人は自分たちに悪いことはしない。大丈夫」と教えてあげていたそう。これを聞いてハッとしました。ここに逃げてくるまでに、どれほど悲痛な体験をしてきたか…。避難民となった背景の複雑さをあらためて考えざるを得ない出来事でした。

語り◎大阪赤十字病院 看護係長 川瀬佐知子