

KUBIRU(くびる)とは熊本弁で結ぶの意味です

KUBIRU

熊本県赤十字血液センター情報誌 年4回発行

2017.10

Vol. **48**

Autumn

紅葉のシャワーで
秋を満喫!



熊本県赤十字血液センターマスコット ハービット

CONTENTS

U-39 献血キャンペーン
赤十字フェスタ2017
血液センターオープンキャンパス
献血ルームへ行こう!
「いいね!」お願いします

ゆかた姿でお出迎えました
献血ありがとうございます
10月は骨髄バンク推進月間
平成29年団体表彰
あなたの街ガイド(小国町)

複数回献血クラブメール会員募集
Voice
献血スナップ
シェフ坂本 男の簡単料理
クロスワードパズル

あなたと一緒に **どっとクロス!** 入場無料!

赤十字フェスタ in くまもと

開催日時 **10月15日(日) 11:00~15:30**

開催場所 **日赤熊本敷地内**

(熊本県赤十字血液センター、熊本県支部、
熊本赤十字病院、熊本健康管理センター)



キッズけんけつ

親子で「献血まねっこ体験」。
参加者にはノベルティグッズを
プレゼント!

日赤プラザ 献血ルーム見学

献血パネルや模擬血液を展示。
献血について勉強しよう。

献血バス展示

献血バスの中をのぞいてみよう。

ハービットと記念撮影

血液センターマスコット
「ハービット」と記念撮影!

メインステージでは「献血セミナー(11:30~)」もあるよ。



遊びに
来てね!

高校生が献血について学びました 「血液センターオープンキャンパス」

8月19日、夏休み恒例となりました、高校生を対象とした「血液センターオープンキャンパス」を血液センターにて開催しました。熊本県学生献血推進協議会(県内9大学)の学生ボランティア約30名が講師となり、参加した高校生約40名と、献血クイズやグループディスカッションを通して献血の大切さについて楽しく勉強しました。高校生からは「針が痛そうというイメージがあり献血を敬遠していたが、今度協力したい。」「大学生と楽しみながら献血について知ることができた。周りの人にも伝えて関心を持ってもらいたい。」などの感想をいただきました。お昼ごはんの大学生手料理「焼肉ピビンバ丼」も好評でした♪



献血のイメージについて大学生と高校生が討論

募集中! 献血セミナーに
伺います。

血液センターでは、職員が学校や職場にお伺いして献血セミナーを実施しています。セミナーの内容や時間にご都合に応じて調整できますので、お気軽にご相談ください。

【お問合せ】
推進課/TEL096-384-6725



今年もたくさんの方々が参加しました。

献血ルームへ行こう!

献血ルームのサービスをご紹介します



成分献血の予約ができます! /

インターネット予約システム「すぐっち」

まずは会員登録から

「すぐっち」ホーム画面のURL又はQRコードからアクセス。
「新規会員登録はこちら」ボタンから、会員登録をしよう。

★URL <https://www.bc9.org/yoyaku>



★QRコード



下通り献血ルーム
COCOSA

日赤プラザ
献血ルーム

成分献血を予約する

「すぐっち」ホーム画面の「すでに会員の方」からログイン(メールアドレス又は献血者コード、パスワードを入力)。「新規予約」から、日にちや時間を予約しよう。



空き状況を
チェック!



待ち時間がなくて
うれしいっち!

※成分献血は、献血される方の健康を配慮し概ね体重50kg以上の方へお願いしています。

★献血ルームに絵画を 展示しました

下通り献血ルーム
COCOSA

スケッチ淡彩画グループ「あすなるの会」の絵画を、8月5日～9月2日の期間、献血ルームの待合室に展示いたしました(週ごとに入替え、合計32点を展示)。献血者の皆さまにも楽しんでいただけたのではないかと思います。

※次回は市内高校生の作品を展示する予定です。ご期待ください。



「あすなるの会」の皆さま

★「くまもと水紀行」 放映中

下通り献血ルーム
COCOSA

熊本市内に92箇所ある「熊本水遺産」。現地に行く機会がない方にもその魅力を知っていただきたいと、熊本市から紹介DVDをご提供いただきました。是非、献血の待ち時間にご鑑賞ください。



水源の歴史なども解り
見ごたえあります!

★季節ごとのデコレーションお楽しみください♡

献血にお越しいただいた皆さまに少しでもリラックスしていただけるよう、スタッフが採血室に季節ごとの飾りつけを行っています(比重コーナーに飾っています)。献血ルームにお越しの際には、要注目です！



日赤プラザ
献血ルーム



壁いっぱい飾りつけ。楽しい気分になりますね。

★漫画本 入荷しました

日赤プラザ
献血ルーム

随時、新しい本を更新追加しています。ゆっくりとおくつろぎください。

今回入荷本

ワンパンマン
BLUE GIANT
会長 島耕作、
タイヤのA act2、
アルスラーン戦記 他

facebook



「いいね！」お願いします！！

熊本県赤十字血液センター公式Facebookはじめました。

献血イベントやキャンペーン情報、献血Q & Aなど、県内の献血に関する話題を随時発信いたします。たくさんの「いいね！」お待ちしております(^ω^)



献血者をゆかた姿でお出迎えました

「第13回 城下町くまもとゆかた祭」(7月29日～30日)の期間中、下通り献血ルームCOCOSAでは、受付スタッフがゆかた姿で献血者をお出迎えました。献血者からは「あでやかねえ～」と大変喜んでいただくなど、献血ルームは終日華やいだ雰囲気になりました。ゆかた祭の2日間で、合計208名の多くの方々にご協力いただきました。



献血 ありがとう

ソニーセミコンダクタ
マニュファクチャリング株式会社
熊本テクノロジーセンター
菊池郡菊陽町原水4000-1



献血ご担当の菅さん



同社は、菊陽町と合志市にまたがる広々としたセミコンテクノパーク敷地内にあり、主にデジカメや監視カメラなどに搭載されるイメージセンサーや、プロジェクターなどに搭載されるディスプレイデバイスといった半導体の設計や開発、製造を行っています。同社による献血協力は平成16年から続いており、毎回、若い社員を中心に約200名と沢山のご協力をいただいています。今年から献血担当になられた保健師の菅(かん)さんは、「菅さんといえば笑顔」と社員からも慕われるお人柄。「父がよく献血をしていたので、献血は身近にありました。会社としても社会貢献活動に力を入れているので、献血の経験が無い社員にも是非勧めたい。」と、献血活動への意気込みを語られました。

学生のころから続けているというバスケットがご趣味で、試合にも出場するなど活発な菅さん。今は専ら会社のハンドボールチーム「BLUE SAKUYA」(日本代表選手も所属)今年5月の全日本社会人選手権大会では準優勝)の試合を観戦するのが生きがいとのこと。観客席から元気一杯応援する菅さんの姿が想像できます(∇*)。社内献血でも社員へのエールをよろしく願っています!

10月は骨髄バンク 推進月間です。

献血と一緒に骨髄バンクの
登録ができます。



命のボランティア、 ドナー登録は 2mLの採血から。

詳しくは、ドナー登録のしおり
(チャンス)をご覧ください。



日本で非血縁者間の骨髄移植や末梢血幹細胞移植を必要としている患者さんは、毎年少なくとも2,000人
を数えます。一人でも多くの患者さんを救うには、一人でも多くのドナー登録が不可欠です。患者さんに
とって、あなたの登録が、命をつなぐチャンスになるかもしれません。

ドナー登録できる方

- 骨髄・末梢血幹細胞の提供の内容を十分に理解している方
- 年齢が18歳以上、54歳以下で健康な方
- 体重が男性45kg以上、女性40kg以上の方

ドナー登録できる場所

- 日赤プラザ献血ルーム ●下通り献血ルームCOCOSA
- 移動採血車 ●人吉保健所 ●天草保健所

熊本県内でドナー登録をされた
方に、くまモンのマグカップを
プレゼントいたします!
なくなり次第終了
となりますので、
ご了承ください。



骨髄バンクに関するご質問・お問い合わせは

 日本骨髄バンク TEL03-5280-1789

【ホームページ】
<http://www.jmdp.or.jp/>

【ドナーズネット】
<http://www.donorsnet.jp/>



献血のご協力に感謝!

平成29年(平成28年度分)

団体表彰一覧

日本赤十字社では、継続的に献血のご協力をいただいた団体、もしくは献血の推進活動にご功労のあった団体へ感謝の意を表し表彰を行っています。



厚生労働大臣表彰状、感謝状の受章者

厚生労働大臣表彰状	荒尾市	
厚生労働大臣感謝状	熊本市地域献血推進連合協議会	
	一般社団法人熊本県建築協会	
	河村電器産業株式会社 水保工場	
	一般社団法人ひとよし球磨青年会議所 一般社団法人天草郡市医師会立天草地域医療センター	
日本赤十字社感謝状 (金色有功章受章後、10年ごと)	学校法人 尚綱学園 尚綱大学・尚綱大学短期大学部 荒尾警察署	
金色有功章 (活動年数20年以上)	熊本県市町村自治会館 学校法人 銀杏学園 熊本保健科学大学 学校法人 熊本壺溪塾学園 坪井本校 学校法人 開新学園 熊本工業専門学校 株式会社 京写	
銀色有功章 (活動年数15年以上)	ライオンズクラブ国際協会337-E地区9Z 牛深ライオンズクラブ	
日本赤十字社熊本県 支部長感謝状(金枠) (活動年数10年以上)	熊本県熊本北警察署 医療法人むすびの森 あきた病院 九州テイ・エス株式会社 NTT印刷株式会社 熊本工場 川尻校区献血推進協議会 古町校区献血推進協議会 本荘校区献血推進協議会	
	公益社団法人 八代地方法人会 公益社団法人 天草法人会	
日本赤十字社熊本県 支部長感謝状(銀枠) (活動年数5年以上)	医療法人 弘仁会 熊本総合医療リハビリテーション学院 社会福祉法人 恩賜財団 済生会みすみ病院 医療法人社団 永寿会 天草第一病院	

あなたの街ガイド

小国町

OGUNI MACHI

「町内はみんな知り合いですよ。」と、今年の4月から献血担当になられた河津さんは、献血に訪れた町の人々との会話が弾みます。受付では、「この人も献血に来てくれたんだ！」と顔見知りの新たな一面を発見して、一人心の中でうれしくなることもあるそうです。「自分が輸血を受けることになったらちゃんと血液をもらえるのかな？」など、担当になられてからは献血のことを色々考えるようになったとのこと。協力が少ない時は町内のお店や事務所を必死に回って「知り合い」に献血を呼び掛けてくださった河津さんの一途な取り組みと、町ぐるみの献血風景に温かい気持ちになりました。(๑•۰•๑)



小国町役場 住民課 支援係
かわづ
河津ゆかさん

福運三社を巡って運気をアップ!



小国両神社



けやき水源



鏡ヶ池

小国町商店街には、3つの開運スポット(樹齢1000年といわれる大きなけやきがある「けやき水源」、小国郷を開拓した二人の神様が祀られている「小国両神社」、恵比寿様が祀られている「鏡ヶ池」)があり、3カ所全てにお参りすると「福」がもたらされるといわれています。三社は、特に宝くじなどの「金運」に効き目があるとのこと!徒歩で周れる距離(3~5分の距離)ですので、是非立ち寄ってみてくださいね!

★三社を巡って参拝スタンプを集めると、福運祈願を込めた「福銭(ふくぜに)」を借りることができます(商店街にある指定のお店で交換できます)。
※福銭は要返却です(願い事が叶ったり、良いことがあったら「次の人に福を回す」という意味合いがあります)。



エフエム小国 グリーンポケット [Green Pocket]

小国町役場内には、何とIFMラジオの放送局があるんです!町の献血日には、ラジオ局におじゃまして献血をアピール。



役場に献血バスが来ていますよ~

若者の協力が少ないそうですよ。



「黒豚屋」のメンチカツ

小国町に来たら「黒豚屋」のメンチカツがオススメ!さっくさくの衣とジューシーな肉が絶品です!(是非、お店で揚げたてを食べてね)メニューは、メンチカツパーガーや黒豚精肉など他にも色々揃っています!



阿蘇郡小国町宮原1613
営業/9:00~19:00
(揚げ物は18:30まで)
定休日/水曜日
(水曜が祝日の時は翌日)
TEL/0967-46-5572



メンチカツ1個 220円

複数回献血クラブ 「ちくちく」

メール会員募集しています!

血液センターでは、より安全な血液を安定的に患者さんのもとへお届けできるよう、年間複数回献血にご協力いただける方を対象にメール会員を募集しています。登録していただいた方には、血液が不足した際のご協力のお願いや、各種イベント情報のお知らせをさせていただきます。



特典1 入会記念品をプレゼント!

※記念品の受け取りは熊本県のみとなります。職員にお申し出ください。



特典2 お誕生月に献血にご協力いただくと、記念品をプレゼント!

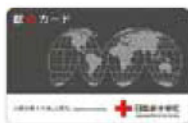
※記念品の受け取りは熊本県のみとなります。



特典3 会員専用ページから献血記録や検査結果をチェックできます!



会員専用献血カードも
選べるよ!(全2種)



パソコン・スマートフォンからのご登録

<http://www.kenketsu.jp/nskc/user/> からご登録



携帯電話からのご登録

abo@kenketsu.jp に空メールを送信



Voice

～ 献血 Message ～

Voice(ボイス)のコーナーはお寄せいただいたおハガキの中からお紹介しています。

先日、初めてCOCOSAに行きました。
(献血を目的に届)
受付の方、献血をしてくれた看護師さんの対応がとても良く、これからも献血を続けたいと思いました♡
(29歳 熊本市在住)
献血目的GOOD! またお越しく下さい!



(通算120回以上)

移転後のCOCOSA 5階で初めて行きました。
60歳になり、献血できる回数も残り少なくなりました。
最近メタボ対策と貧血防止のため、甘いものを避け、野菜ジュース、ヨーグルト、煮干し、プルーンを朝夕食べます。おかげでHbA1cも糖化度もバッチリ、快調です。
(60歳 熊本市在住)

貧血予防は大事ですね。これからも続けて下さい(*^_^*)b



男の簡単料理
勉強になりました。

(32歳 益城町在住)

是非、作ってみてくださいね。もしオススメレシピがあれば教えてください!

月曜午前には
おにぎりや味噌汁が
ふるまわれるなんて
とても良いサービス
ですね!!

(46歳 玉東町在住)

婦人会の方の愛情と栄養たっぷりの味噌汁です! また食べにきてくださいね!

献血スナップ



@下通り献血ルーム
COCOSA

6月～9月にお写真を撮らせていただいた方々をご紹介します。



献血セミナーを聞いて
献血の必要性を
知りました！
熊本信愛女学院高校の
生徒さん。



野球部引退の記念に献血しました！
ルーテル学院高校の仲間。



月曜日はお味噌汁デー。
またご家族でいらしてくださいね。



「夏休み献血初体験！」
千原台高校仲よし3人組。



献血と呼び掛けのご協力をいただきました！
熊本県信用組合の皆さま。



いつも呼び掛け
ありがとうございます。
熊本マグナライオンズ
クラブの皆さま。

献血のご協力
ありがとうございます！



訂正

7月発行47号9ページ「献血スナップ」でご紹介した「九州東海大学」は「東海大学熊本キャンパス」が正しい名称でした。お詫び申し上げ、訂正させていただきます。

シェフ坂本の 男の簡単料理

秋晴れが心地よい季節がやってきた。
秋を感じるオススメ料理を、我が血液センターの
シェフ坂本(他称)に聞いてみた。

材料はたった
これだけ

作り方



1きのこを小房に分ける。小松菜は下茹でし、水にさらして2cm幅に切る。ニンニクはみじん切りにする。



2フライパンに、オリーブ油とニンニクを入れ火にかける。香りが立ったら、きのこ、小松菜、ツナ缶(油ごと)を入れて炒める。



3めんつゆと牛乳を入れ、水分を飛ばし、黒コショウをふれば完成!



シェフ坂本が作る 【きのこツナの炒め物】(2~3人前)

- ★きのこ
(今回は、しめじ1パック、まいたけ1パック)
- ★小松菜……2把(ほうれん草でも良い)
- ★ツナ缶……1缶
- ★めんつゆ 大さじ2杯(濃縮2倍を薄めず)
- ★牛乳……小さじ1杯
- ★ニンニク…1片
- ★オリーブ油…大さじ1/2杯
- ★黒コショウ…適量

POINT

夏のソーメン用の
余りでも良い。

【ワンポイント】
パスタに入れると
和風きのこスパ
ツナ缶の代わりにサバや
マグロ缶を使うのも
GOOD!



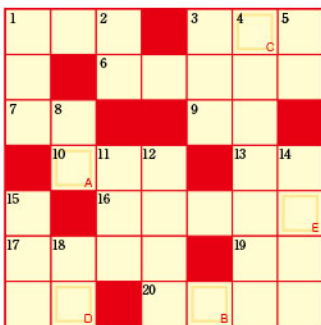
答え A B C D E

QUIZ クロスワード パズル

A~Eの順に並べると、ある言葉になります。



- たてのカギ**
- ①朝食に食べるタイエッグが流行した果物
 - ②乗り物に乗らないで歩いて行くこと
 - ③八千年また、さわめて多くの年代
 - ④大阪を中心とする地域で演じられる落語
 - ⑤焼き肉・牛の舌
 - ⑧南西諸島に広く棲息する毒蛇
 - ⑨アラビヤ半島最大の商業都市
 - ⑩寝るつもりはなく、うとうとすること
 - ⑭9月の第3月曜日に定められている国民の祝日
 - ⑮商品を購入した際にサービスとして追加で物品をつける事
 - ⑯アメリカ航空宇宙局の略称



よこのカギ

- ①パソコンなどでデータの大きさを表す単位。ギガ○○○。メガ○○○
- ③屋根と座敷が備えられた船のこと ○○○船
- ⑥ベトナム民主共和国初代主席の名前
- ⑦沖縄県の県庁所在地
- ⑧古代から伝わるインドの身心鍛錬の方法。近年は健康法としても行われる
- ⑩巨峰などの品種が有名な果物
- ⑬かくや姫は何から生まれた?
- ⑭プッチーニ作曲のオペラ「マダム〜」
- ⑰調理で食材を切る台として用いる板
- ⑱フランスの作家スタンダールの1830年刊行の長編小説「赤と〇〇」
- ⑳特定の年代に年を単位として付けられる称号

答
A B C D E

Vol.49は
1月発行予定です。

8618039
血液センター
〒110-0001
東京都中央区
新富1-1-1
血液センター
受付係

・クイズの答え
・住所
・氏名
・年齢
・職業
・感想

●応募方法/ハガキでご応募ください。
●お切り/平成29年12月28日(木)消印有効。
正解者の中から抽選で記念品をプレゼントいたします。
なお、発表は発送をもってかえさせていただきます。
皆様から頂いた感想は、Voiceのコーナー等で
ご紹介させていただきます。

個人情報の取扱いについて 読者の皆様からいただいたハガキよりお預かりした個人情報(氏名・住所などは、プレゼント当選時の発送に利用いたします。)
個人情報は、熊本県赤十字血液センターが責任をもって管理し、本人の同意を得ずに第三者に開示することはありません。

採血基準

献血は、皆さんの温かい善意によって支えられています。そこで、献血にご協力いただいた方が、採血後、気分が悪くなったり、体調を損なったりしないよう、次のような採血基準を設けています。

この採血基準は、医学的な見地から国が定めたもので、献血は、この採血基準に基づき、献血者の健康に十分配慮しながら行っています。

■献血の基準

	成分献血		全血献血	
	血漿成分献血	血小板成分献血	200mL献血	400mL献血
年齢	18～69歳*	男性18～69歳* 女性18～54歳	16～69歳*	男性17～69歳* 女性18～69歳*
体重	男性45kg以上 女性40kg以上			男女とも50kg以上
最高血圧	90mmHg以上			
血色素量	12.0g/dL以上 (赤血球指数が標準域にある 女性は11.5g/dL以上)	12.0g/dL以上	男性12.5g/dL以上 女性12.0g/dL以上	男性13.0g/dL以上 女性12.5g/dL以上
年間献血回数 年間総献血量	血小板成分献血1回を2回分に換算して 血漿成分献血と合計で24回以内		200mL献血と400mL献血を合わせて 男性1,200mL以内 女性800mL以内	

*65歳以上の献血については、献血される方の健康を考慮し、60～64歳のあいだに献血経験がある方に限ります。
●成分献血は、献血される方の健康を考慮し、概ね体重50kg以上の方へお願いしています。

■献血間隔

次回の献血	今回の献血	血漿成分献血	血小板成分献血	200mL献血	400mL献血
血漿成分献血		男女とも2週間後の 同じ曜日から献血できます。		男女とも4週間後の 同じ曜日から献血できます。	男女とも8週間後の 同じ曜日から献血できます。
血小板成分献血					男性は12週間後 女性は16週間後 同じ曜日から献血できます。
200mL献血					
400mL献血					

エイズ検査は保健所へ 無料・匿名で受けられます。検査日などは最寄りの保健所にお尋ねください。



熊本市東区長嶺南2丁目1-1(血液センター1F)
TEL 096-384-6727

■献血受付時間

全血	9:00～11:50 13:00～16:30
成分	9:00～11:00 13:00～16:00

- 駐車場完備
- 土曜日は、昼休みなしで実施
- 定休日/日曜・祝日
ただし、土曜日が祝日の場合は平常通り



熊本市中央区下通1丁目-3-8(下通NSビル5F)
TEL 096-325-9218

■献血受付時間

全血	10:00～12:50 14:00～17:30
成分	10:00～12:00 14:00～17:00

- 土・日・祝日は昼休みなしで実施
- 定休日/毎週金曜日
ただし金曜日が祝日の場合は平常通り



移動採血車

移動採血車の日程は、熊本日日新聞や血液センターホームページ等に掲載しております。詳細については各保健所、各市町村の担当課、血液センターにお問い合わせください。



血液センターホームページ <http://www.bc9.org> **facebook** もチェックしてね!

+ 熊本県赤十字血液センター

〒861-8039 熊本市東区長嶺南2丁目1番1号 TEL.096(384)6000(代表)
E-mail ▶ kmmmt-somu@qc.bbc.jrc.or.jp