

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

2018.1

Vol. **49**

winter



献血もワンモアで
お願いします

ワンタフルな1年に
なごまかよう!

熊本県赤十字血液センターマスコット ハービット

CONTENTS

私たちの献血キャンペーン

U-39 献血キャンペーン

赤十字フェスタ2017開催しました

元気スイーツ料理教室

グラフィックデザイン画展示

献血ありがとう

成分献血予約システム「すぐっち」

献血ブラカード寄贈

定期的な献血のお願い

高校献血・セミナーの募集

あなたの街ガイド(長洲町)

Thank you letter

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

はたちの献血キャンペーン2018

1月1日から2月28日まで、新キャンペーンキャラクターの広瀬すずさんが献血の協力を呼びかけます。輸血を必要とする患者さんのために、定期的な献血にご協力ください。



**広瀬すず
オリジナルクリアファイル
プレゼント**
10～20代で献血にご協力
いただいた方限定！

**広瀬すず
オリジナルポスターカレンダー
プレゼント**
10～20代で献血会場にて
「複数回献血クラブ」に
新規入会いただいた方限定！

※無くなり
次第終了と
なります。

いっしょに行こう。

いっしょに行こう、仲のいい友達と。
いっしょに行こう、大切な恋人と。
いっしょに行こう、かけがえのない家族と。
ひとりより、仲間といっしょなら楽しいから。
ひとりより、恋人といっしょなら心強いから。
ひとりより、家族といっしょなら安心できるから。
ひとりより、仲間かきださぬことも、誰かといっしょならできる気がする。
だから、いっしょに行こう。
ひとりより誰かといっしょなら、助かるいのちも増えるから。

そのつながりを、いのちのつながりに。♡

はたちの献血

日本赤十字社 Japanese Red Cross Society

人間を救うのは、人間だ。

1/8(月・成人の日)「はたちの献血街頭イベント」実施します。
下通りアーケードCOCOSA前 10:00～
※詳しくは血液センターホームページ「BC9」をチェック！



若者の献血協力求む!

アンダー

U-39献血

キャンペーン実施中!

平成30年4月30日まで

将来を支える若い世代(特に10~30代)の献血協力が減少しています。

只今、400mL献血にご協力いただいた10~30代の方へ「お菓子の詰め合わせ」プレゼントキャンペーンを実施中!是非、この機会に献血会場へお越しください!

もれなく
「お菓子の詰め合わせ」
をプレゼント



※写真はイメージです

あなたと一緒に **どっどクロス!** 開催しました!

赤十字フェスタ2017

地域住民の方々に日頃の感謝の気持ちを伝えるとともに、赤十字の活動を紹介する「赤十字フェスタinくまもと」が、10月15日に日赤熊本敷地内(血液センター・県支部・病院・健康管理センター)において開催されました。

血液センターゾーンには、子供たちを対象とした献血まねっこ体験の他、献血バスの見学などに多くの親子連れが訪れ、大いに賑わいました。

イベントに来てくれた子供たちが献血に興味を持ち、高校生になったら献血に来てくれることを期待しています!



献血まねっこ体験。
大きくなったら献血してネ。

◀献血マスコット「ハービット」と記念撮影。



血液製剤の説明は親子共に興味津々。



血液保管庫の見学。

鉄分不足を改善して献血に再チャレンジ！ 料理教室を開催しました

昨年9月と10月の2回、ヘモグロビン不足(低比重)で献血できなかった方を対象とした「元気スイーツ料理教室」を、下通り献血ルームCOCOSA前のキッチンスタジオで開催しました。メニューは豆腐とほうれん草を使った「ガトーショコラとほうれん草のムース」。ヘルシー且つ鉄分を補える優れたもののスイーツです。食事の栄養バランスなどについて健康セミナーも実施し、参加者に好評の料理教室となりました。



盛り付けはカフェ風に
仕上げました♥



スイーツを焼く間に栄養バランスについて講義



高校生や大学生も多数参加



好評につき、2月、3月の実施決定！ 受付中



- 対象者 比重不足で献血できなかった方 ※「ヘモグロビン値記入カード」をお持ちの方
- 実施日 平成30年2月12日(月・祝) 13:30~15:30
〃 3月12日(月) 〃
- 募集人数 各18名(先着順となります。対象者1名につき2名までの応募可。)
- 参加費 無料
- 場所 西部ガスショールームヒナタ熊本 クッキングクラブ
★メニュー ほうれん草スフレケーキと豆乳プリン
- 応募方法 「元気スイーツ料理教室参加応募用紙」を下通り
献血ルームCOCOSAまでFAX、郵送、又はご持参ください。
※詳しくはホームページ「BC9」をご覧ください。



グラフィックデザイン画を展示

12月の期間中、下通り献血ルームCOCOSA待合室に、熊本テザイン専門学校グラフィックデザイン科の学生さんの作品を展示しました。美人画をテーマに描いた作品は、献血ルーム内を静かで落ち着いた雰囲気してくれました。

★下通り献血ルームCOCOSAでは、展示スペースを無料開放しています。
展示に関するお問合せ TEL 096-325-9218



タイトル「Komachi」

献血 ありがとう

西部ガスショールーム ヒナタ熊本

熊本市中央区下通1丁目3-8 COCOSA5F



下通り献血ルームCOCOSAと同フロアにある「西部ガスショールームヒナタ熊本」様には商業施設COCOSAがオープンした昨年4月から、献血者を対象に実施している「お味噌汁サービスデー」、新たに9月から始まった「元気スイーツ料理教室」などでキッチンスタジオをご提供いただいています。また、ヒナタ熊本スタッフの献血協力はもちろん、同熊本支社（萩原町）においては昭和44年から現在まで企業献血を継続されており、献血の普及啓発に長くご貢献いただいています。

「ヒナタ熊本にお越しいただいた際には併せて献血ルームにもどうぞ！」とボランティア精神あふれるヒナタ熊本の佐藤館長に感謝！

木目調で温かみのあるクッキングスタジオや最新ガス機器の展示、屋外テラスなど、見て楽しく、ゆっくりとくつろげる空間です。同スタジオで受講できる「クッキングクラブ」は、一流シェフを講師として招く本格料理講座から、つくりおきレシピ講座、親子講座など色々選べます。



hinata

TEL/096-354-6810 営業時間/10:00~18:00 休館日/年末年始



成分献血の WEB予約ができます!

待ち時間なし



「成分献血予約システム(愛称“すくっち”)」に会員登録すると、いつでもどこでもWEBで成分献血の日にち、受付時間の予約ができます。是非、ご利用ください。

★URL(QRコードからでも→)
<https://www.bc9.org/yoyaku>



会員登録には次の①②が必要です。

- ①「献血者コード」(献血カードに記載された「2桁-8桁」の数字)
- ②「メールアドレス」(登録内容や今後の予約に関する連絡先)

なお、会員登録が完了するまで時間を要する場合がございますので、ご了承ください。

- ※「予約」受付は献血希望日の前日17時まで入力可能です。
入力後、【仮予約受付】メールが届き、その後【予約完了】メールが届きます。
- ※予約当日、採血種類が変更になる場合があります。

献血プラカードを寄贈いただきました。

(社) 熊本県宅地建物取引業協会八代水俣支部 様

平成23年から7年間、会員の献血や献血呼びかけなどにご協力をいただいている県宅地建物取引業協会八代水俣支部様から、献血プラカード2本を寄贈いただきました。プラカードは、同協会創立50周年を記念して作製。贈呈式は10月3日、献血会場のゆめタウン八代で行われ、当日も元気一杯、作製したプラカードを片手に来店者へ献血協力を呼び掛けていただきました。

ご寄贈ありがとうございました！



同協会八代水俣支部の皆さま（前列左が平本支部長様）

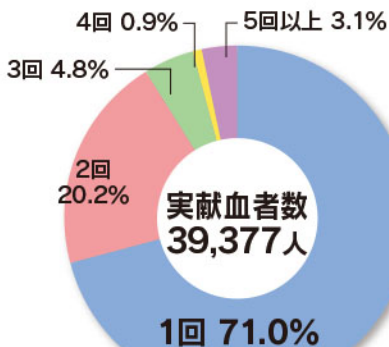
定期的な献血のお願い

県内で献血にご協力いただいている方の内、年1回の方は71%を占めています（平成28年度データ）。400mL献血は1年間で、男性3回、女性は2回、また、血小板成分献血は12回ご協力いただけます。冬場から年度変わりにかけては風邪などで体調を崩されたり、繁忙期ということもあり、特に献血者が少なくなる時期です。輸血用の血液を安定的に患者さんのもとへお届けできるよう、是非、定期的な献血のご協力をお願いいたします。

皆様のご協力
よろしくお願
いしますっち！



平成28年度
県内における複数回献血状況
(実献血者数)



高校献血・献血セミナーの 実施校を募集しています!

血液センターでは、高校生の皆さんに、献血の必要性や命の大切さについて身近に感じていただこうと、熊本県と連携し「高校献血」や、学校に講師を派遣し「献血セミナー」を実施しています。是非、お気軽にお問合せください。



★平成29年度 高等学校 献血実施状況

実施日	学校名	献血者数	実施日	学校名	献血者数
7/6	熊本マリスト学園高等学校	19人	12/1	岱志高等学校	22人
7/14	東海大学付属熊本星翔高等学校	50人	12/1	熊本中央高等学校	41人
9/29	第二高等学校	68人	12/4	熊本農業高等学校	83人
10/13	熊本信愛女学院高等学校	33人	12/5	水俣高等学校	37人
10/15	熊本西高等学校	64人	12/5	球磨中央高等学校	24人
10/21	ルーテル学院高等学校	43人	12/6	湧心館高等学校	33人
10/27	人吉高等学校	45人	12/6~7	有明高等学校	74人
11/8	天草工業高等学校	88人	12/8	多良木高等学校	40人
11/17	八代高等学校	52人	12/8	開新高等学校	73人
11/20	城北高等学校	85人	12/11	北稜高等学校	25人
11/21	芦北高等学校	32人	12/13	専修大学玉名高等学校	87人
11/27	球磨工業高等学校	94人	12/15	八代工業高等学校	64人
11/30	南稜高等学校	30人	12/16	千原台高等学校	51人

今後の予定

- ♥ 文徳高等学校
- ♥ 菊池農業高等学校
- ♥ 玉名工業高等学校
- ♥ 矢部高等学校
- ♥ 熊本工業高等学校
- ♥ 上天草高等学校
- ♥ 天草拓心高等学校
- ♥ マリン校舎
- ♥ 秀岳館高等学校
- ♥ 菊池高等学校
- ♥ 松橋高等学校
- ♥ 九州学院高等学校

★平成29年度 高等学校 献血セミナー実施状況

実施日	学校名	実施日	学校名
6/27	八代高等学校	11/14	城北高等学校
6/28	東海大学付属熊本星翔高等学校	11/15	玉名工業高等学校
7/11	鎮西高等学校	11/17	球磨工業高等学校
7/13	熊本信愛女学院高等学校	11/17	菊池農業高等学校
8/22	八代工業高等学校	12/1	天草拓心高等学校 マリン校舎
10/21	ルーテル学院高等学校	12/8	多良木高等学校
10/25	八代東高等学校	12/8	熊本工業高等学校
10/26	天草工業高等学校	12/15	上天草高等学校
11/10	熊本中央高等学校		

今後の予定

- ♥ 慶誠高等学校
- ♥ 御船高等学校
- ♥ 東稜高等学校

お申込み・お問合せ

熊本県赤十字血液センター 推進課

TEL 096-384-6725

小中学校や
企業も
募集中!!



今年度から献血のご担当になられた木下様。当初はどのように献血を呼び掛ければ良いのかを考え、放送、掲示板、近隣事業所へのポスターの配布など、あの手この手で町民や役場職員に協力を働きかけたそうです。「若者の協力が少なくなっていると聞いているので、今後はもっと増やしていきたい。」と、長洲町で実施している「ながす健康ポイント(※)」の項目に献血協力を追加しようと検討中とのこと。町民の健康増進と併せて献血の普及啓発に意欲を見せる木下様の習慣はウォーキング。なるほど！背筋がピンと伸びて健康的なたたずまいです。献血は健康のバロメーター。是非、健康ポイントカードへの献血項目の追加をヨロシクお願いします！！



長洲町役場 福祉保健介護課
さのしたせいいち
課長補佐 **木下誠市**さん

(※)長洲町在住の20歳以上を対象とした健康事業で、健康診断の受診、町主催のイベントやボランティア活動への参加などでポイントが溜まり、賞品がもらえる制度です。



金魚のまち長洲町

長洲町の水産は360年ほどの歴史があり、稚魚の餌であるミジンコが池や沼に豊富に生息していたことなど養殖に適した環境から、明治時代ごろ大量に生産されるようになったとのこと。町では金魚の他、鯉も生産されていて、14名の養魚組合員が販売、卸を営まれています。金魚すくい選手権がある「火の国長洲金魚まつり(5月)」や金魚品評会がある「金魚と鯉の郷まつり(10月)」、850年の歴史を誇る「的ばかり(的を奪い合う勇壮な裸まつり(1月))」など興味津々のお祭りも多いので、是非、観光してみたいですね。



役場にある池の鯉。池で生まれた赤ちゃん鯉がかわいい。

金魚の館

長洲町に来たら是非訪れたい「金魚の館」。国道501号線から造船所の方に向かっていくと左手にある「金魚と鯉の郷広場」の敷地内にあります。建物に入らず目に入ってくるのはズラリと並ぶ金魚の水槽。中でもジャンボシシガシラという品種のサニーちゃんは重さが2kgもあり、食べているのは鯉の餌という特大スケールの金魚です。他にも琉金、ランチュウ、ピンボンパール、東錦、花房ランチュウ、牡丹琉金、丹頂、など実に色々な品種があって見てとても楽しくなりますよ。金魚の館は、金魚すくい体験や金魚の4Dシアター、木製遊具コーナーなどもありご家族で楽しめる施設です。



金魚グッズも充実!



サニーちゃん。大きさにビックリ。



「金魚の館」

玉名郡長洲町大字長洲3150番地
開館時間 9:00~17:00(年末年始休館)
入場無料/授乳室・多目的トイレ有

ふれ売り師

金魚の行商人。昭和30年頃は町内に500人ほどおられ、長洲金魚の名を全国各地へ広めたとのこと。40kgもある金魚が入ったタライを担いで売り歩いていたそうです。



現在は全国各地で長洲町の浦島さんただ1人!



総合スポーツセンターから見る造船所の眺めは圧巻。晴れていれば普賢岳も望めます。

Thank you Letter

みなさんの献血で、助かった命。
その感謝のことが届いています。

献血して頂いた方々へ
私の子供が悪性リンパ腫になり、それが育りの影響で白血球、赤血球、
血小板などが少なくなりました。初めて輸血をしました。
輸血をする側になって今まで分からなかった事、気付いた事など色々あります。
人からトヘトヘ命のバトンが
料によりがたく、助けて頂いてます。
献血してくれる人が居るから、子供達も治療が出来ます。
私も今まではお礼言わせては献血をして行こう、と思 いました。
少し時間が有る方は 献血へとぜひ行かれて下さい。
宜しくお願いします!!

(患者さんのお母さんより)

命のバトン
みんなを
つないでいくつち



輸血を必要とする患者さんへ安定的に血液をお届けするために、
継続的な献血のご協力をお願いします!

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
ご紹介しています。



今回で 96回
いつも右腕の為、あとが残り、
います、その分誰かのためになっ
ているなら気になりません。

目指せ 100回??

(32歳 荒尾市在住)

その腕の跡は名誉ある勲章ですネ。

職業柄、比重コーナーの
季節ごとのデコレーションに
目がいきました。

リラックスできました!!

(35歳 熊本市在住)

制作スタッフの思いが伝わった様
で嬉しいです!

今回で125回目の
献血をしました
(会社の休日に早9)

(66歳 山江村在住)

素晴らしい記録です!

いつも
歯みがき粉
助かります。

(39歳 山都町在住)

また歯みがき粉をもらい
に献血に来て下さい!

献血スナップ



9月～11月に写真を撮らせていただいた方々をご紹介します。

@熊本大学



@熊本学園大学



学内献血で協力を呼びかける
県学生献血推進協議会のメンバー



初めての献血 壺溪塾の生徒さん
「受験がんばります!」



受験勉強の合間に献血!
熊本北高等学校3年生の生徒さん

@下通り献血ルーム
COCOSA

@下通り献血ルーム
COCOSA



@下通り献血ルーム
COCOSA



今年もライオンズサンタ登場!
子どもたちにキャンディをプレゼントしました。
ライオンズクラブ337-E地区11ゾーンの皆さま。

恒例の11月献血ボランティア
ありがとうございます。
県自動車整備工業協同組合
青年部熊本支部・植木支部の皆さん。

シェフ坂本の 男の簡単料理

寒い冬は何かと体調を崩しやすい季節。そんな時は色々な栄養を一度に取れる根菜料理がGOOD！アレンジもできる簡単料理を、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

シェフ坂本が作る 【厚揚げと根菜の煮物】(2人分)

- ★具材はお好みで。
(今回は、里芋1個、ニンジン1/2本、ごぼう8cm程度、レンコン80g)
- ★厚揚げ……………1/2丁
- ★水……………2カップ
- ★だし(の素)……………小さじ1杯
- ★酒……………小さじ2杯
- ★砂糖……………大さじ3杯
- ★醤油……………大さじ3杯

作り方



1 野菜を一口大に切り、水とだしの素と一緒に中火にかける。



2 煮立ったら火を弱め、酒、砂糖を入れ5分煮る。



3 厚揚げと醤油を入れて、さらに5~7分煮ると完成！



★Point
厚揚げをベーコンに変えて野菜と一緒に炒めトマト缶で煮ると洋風煮物の出来上がり！



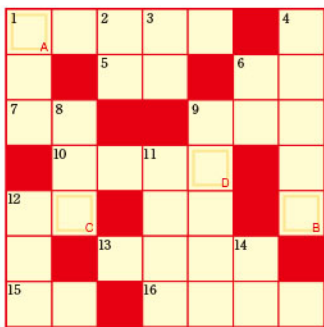
答え A B C D

QUIZ クロスワードパズル

A~Dの順に並べると、ある言葉になります。



- たてのカギ
- ①正月に吞む縁起物の酒
 - ②何かをしようと考えること
 - ③氣道に侵入した異物を追い出すために起こる体の防御反応
 - ④冬の長い休みのこと
 - ⑤刺突を主目的とする武器・武具の種類
 - ⑥ガソリン・エンジンを取り付けた自転車
 - ⑦奇術や手品を演じる人、または職業
 - ⑧振りのある袖をもつ着物
 - ⑨日本古来存在する美意識のひとつ
 - ⑩風流・風雅の趣・味わい、情緒等の意味
 - ⑪ランドル共和国の首都



よこのカギ

- ①祈願成就のお礼として神や仏に奉納する金銭のこと
- ⑤学名が「Nipponia nippon」という特別天然記念物に指定されている鳥類
- ⑥「からかう」という意味の言葉
- ⑦大晦日に縁起を担いで食べる麺料理
- ⑨日本の女性シンガーソングライターの名前「竹内○○」
- ⑩ことわざ「○○○二鷹三茄子」
- ⑫正月に遊ばれる日本の伝統的な遊び「○○わらい」
- ⑬魚介類のバーベキュー料理
- ⑭白黒の石で行うボードゲームの一種
- ⑯規範的なものとして古くから受け継がれてきた事柄

答

A B C D

Vol.50は
4月発行予定です。

8618039
血液センター
くまもと県立血液センター
熊本県東区長瀬南

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。
●バ切り/平成30年3月31日(土)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。

個人情報保護 読者の皆様からいただいたハガキより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。個人情報保護 読者の皆様からいただいたハガキより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