

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

2019.1

Vol. **53**

Winter



病気は外  
健康は内

**献血はハートまき!**

熊本県赤十字血液センター  
マスコット ハービット

## CONTENTS

はたちの献血キャンペーン  
献血Web会員募集中/  
映画鑑賞キャンペーン  
赤十字フェスタ in くまもと  
One More 400献血キャンペーン

クリスマス献血キャンペーン  
献血ありがとう  
Thank you letter  
高校献血、セミナー実施状況  
あなたの街ガイド(御船町)

Voice  
献血スナップ  
おいしい紅茶の淹れ方  
クロスワードパズル

# はたちの献血キャンペーン2019 実施中!

冬場は寒さや風邪などの影響により、特に献血のご協力が少なくなります。

1/1~2/28

輸血を必要とする患者さんのために、みなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

あなたがなければ、つくりえないもの。

それはあなたがいなければ、つくりえないもの。  
涙も、笑顔もするものは、いつもどこにも見つかるもの。  
いまこの世では、13歳13日の献血者が減少しています。  
献血はただ、人工的につくることができません。  
献血へのご協力をお願いします。

生きる、のいつもそばに。  
**はたちの献血**

日本赤十字社  
Japan Red Cross Society

人間を救うのは、人間だ。

オリジナルグッズ  
プレゼント

★キャンペーンキャラクター 乃木坂46

献血にご協力いただいた10、20代の方に乃木坂46クリアファイルプレゼント!



献血会場で、献血Web会員に入会いただいた10、20代の方に、乃木坂46献血カードケースプレゼント!



※記念品は数に限りがあります。

「はたちの献血」キャンペーン街頭イベント実施します!  
★1/14(月)成人の日 ★下通アーケードCOCOS/A 前 10:30~  
※詳しくは血液センターホームページをチェック!

くまモンも来るよ!(13:30~14:00)



複数回献血クラブ

ラブラッド

Love Blood

複数回献血クラブのWeb会員サイトを  
リニューアル!

会員募集中!

新しい愛称は「ラブラッド」

昨年10月、献血Web会員サイト「複数回献血クラブ」をリニューアルしました。献血者の皆さまへより使いやすく便利な機能をご提供いたします。この機会に是非、「ラブラッド」への会員登録をお願いします!

ラブラッド  
公式WEBサイト



https://  
www.kenketsu.jp

★新しい愛称「ラブラッド」は、愛=Love(ラブ)と、  
血液=Blood(ブラッド)を組み合わせた造語です。



### 「ラブラッド会員」特典

1. 全国全ての献血ルームにおいて、Web予約が可能となります。  
(熊本県内の献血ルームは成分献血のみ予約を受け付けています。)
2. 全国統一の献血ポイント制を導入。予約や応諾、アンケートの回答でポイントが貯まります。20ポイント貯まると、**赤十字オリジナル記念品**を差し上げます。
3. 献血血液の検査結果が、7日程度で分かります。(サイト上で結果をご覧になれます。)
4. 会員限定のキャンペーン情報が届きます。

献血  
ポイント  
一覧

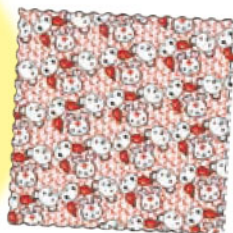
	献血ポイント	予約ポイント	応諾ポイント
全血(400mL)	10pt	/	2pt
全血(200mL)	2pt		
成分(血漿)	4pt	3pt	
成分(血小板)			

※アンケートの依頼に対し回答された場合、アンケートポイント1ptが加算されます。



不織布トートバッグ  
サイズ330×390mm  
持ち手600×30mm

20ポイントで  
赤十字オリジナル  
記念品(いずれか一品)  
をプレゼント!



給水マット  
サイズ300×300mm

※システムのメンテナンス作業により、一部機能の利用制限をさせていただきます(「ラブラッド」公式サイトにてご案内いたします)。皆さまにはご不便、ご迷惑をおかけいたしますが、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。



# 献血で映画鑑賞会にご招待!



キャンペーン期間中、県内の献血会場(日赤プラザ 献血ルーム、下通り献血ルームCOCOSΛ、献血バス)において献血にご協力いただいた方の中から、抽選でペア100組(200名)を映画「アクアマン」にご招待いたします。

どうぞ、ふるってご応募ください!

**上映日時** 平成31年2月15日(金)19:00~  
(18:30開場)

**会場** ユナイテッド・シネマ熊本(グランパレッタ熊本内)

**応募要領** 献血の際にお渡しする応募用紙を、献血会場備え付けの応募箱にお入れください。  
※ご招待ハガキの発送をもって、当選の発表にかえさせていただきます。

**応募期間** 平成31年2月3日(日)まで



(C)2018 Warner Bros. Ent. All Rights Reserved™ TM & (C) DC Comics®

## 赤十字フェスタ2018 inくまもとを開催しました

昨年10月14日、多くの方々に赤十字の仕事を知っていただくため、日赤熊本敷地内(血液センター、支部、病院、健康管理センター)において、「赤十字フェスタ2018」を開催しました。血液センターゾーンでは、将来の献血者となる子ども達に献血のことを知ってもらうため、また、より多くの方々に献血に足を運んでいただくため、献血ルームや献血バスの見学などを実施しました。献血ルームの施設見学では合計102名の親子の参加があり、献血の受付から採血までの流れ、そして、血液製剤を保管している冷蔵庫などの説明を行いました。採血ベッドに寝て献血を疑似体験した子ども達は“針を刺されるかも?”とドキドキした様子でしたが、採血看護師のやさしい声かけに緊張も解け笑顔で記念撮影。保護者の皆さんは血液製剤の説明に真剣に耳を傾けていました。献血ルームが多くの人達にとって身近なボランティアの場所になることを切に願います。



献血マスコット「ハービット」と記念撮影



献血疑似体験の様子。針は刺しませんよ。



模擬血液製剤を用いて用途や保管方法などを説明

# One More 400献血 キャンペーン

実施中!



400mL献血は、1年間に男性は3回、女性は2回ご協力いただけます。  
しかし、昨年の県内における400mL献血者の内、年1回のみ協力の方は全体の72.9%を占めており、特に若年層(10～30代)の複数回献血者が少ない傾向にあります。是非、年に複数回の献血のご協力をお願いいたします!

**期間** ～平成31年3月31日(日)まで。

**内容** 平成30年4月1日以降、400mL献血が2回目、3回目の方に、  
もれなく『カップ麺2個(マルちゃんごつ盛りシリーズ)』を  
プレゼント!

**実施施設** 県内全ての献血会場  
(日赤プラザ献血ルーム、下通り献血ルームCOCOSA、献血バス)  
※献血バスの日程、受付時間は、血液センターホームページで  
ご確認ください。



※写真はイメージです

## 大学生ボランティアが献血を呼び掛けました ～全国学生クリスマス献血キャンペーン2018～

去る12月9日、イオンモール熊本(嘉島町)と下通りアーケード(下通り献血ルームCOCOSA前)において、熊本県学生献血推進協議会の大学生ボランティア50名(県内9大学)が、師走の買い物客へ献血協力をお願い掛けました。冬場における輸血用血液の安定確保と、若年層を中心に献血の輪を広げることを目的とした「全国学生クリスマス献血キャンペーン2018」の一環で、寒い中献血にご協力いただいた献血者へ温かい飲み物やお菓子を振舞いました。この日は2会場合わせて233名の献血のご協力をいただきました!



クリスマスツリーの前で献血を呼び掛ける学生達(イオンモール熊本)



寒い中、気合を入れて呼び掛けました!  
(下通アーケード)

# 献血 ありがとう

株式会社  
イズミ車体製作所  
菊池郡大津町大字岩坂3258-4



藤田総務部長(中央)と総務部の皆さま

山々の景観がすばらしい大津町の南部工業団地内にある同社は、主に医療関係のレントゲン車やドクターカーの設計、製造の他、一般車両の車検や板金作業まで幅広く手掛けておられます(献血バスの改修にも携わっています)。藤田部長さんに献血への取り組みについて伺うと、「人の役に立っている車を作りたい!と、社会貢献精神溢れる社員ばかりで、献血は積極的に参加します。」とのこと。献血デビューの社員を、藤田部長さん手書きの社内報で紹介するなど献血活動を楽しく盛り上げておられます。「会社の運動部のチームワークが普段の仕事にも活かされていて、社内の風通しがとても良いですよ。」と話されていたとおり、献血の風景は和気あいあいとしたアットホームな雰囲気。今年2回目の献血(400mL)は41名のご協力をいただきました。



献血受付の様子



若い社員も積極的に献血に協力



## 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。

### ちあきさんからのメッセージ

昨年、帝王切開の出産で3.5リットルの出血があり、輸血をすることになりましたが、無事3,000グラムの女の子を出産することができました。

献血で輸血用の血液をご提供いただいた方々には、感謝の気持ちしかありません。ほんとうにありがとうございました。

今、若い方の献血協力が少なくなっていると聞きました。

輸血を必要としている人たちのために、健康な方には是非、献血してほしいと思います。



命のバトンを  
みんなであ  
つないでいっ  
ち



# 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、高校生の皆さんを中心に、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での献血実施や、学校に講師を派遣し、献血セミナーを開催しています。是非、お気軽にお問合せください。

## ★平成30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
9/8	東稜高等学校	57人	11/30	熊本中央高等学校	18人
9/14	宇土高等学校	46人	11/30	岱志高等学校	27人
9/16	八代高等学校	66人	12/4	千原台高等学校	46人
9/21	第二高等学校	69人	12/5	湧心館高等学校	17人
10/12	熊本信愛女学院高等学校	21人	12/5	水俣高等学校	23人
10/13	熊本西高等学校	54人	12/6	球磨中央・球磨商業高等学校	27人
11/6	文徳高等学校	36人	12/6~7	有明高等学校	98人
11/8	天草工業高等学校	95人	12/7	開新高等学校	60人
11/11	翔陽高等学校	40人	12/10	東海大学付属熊本星翔高等学校	78人
11/12	城北高等学校	82人	12/11	熊本農業高等学校	23人
11/21	玉名工業高等学校	90人	12/13	専修大学玉名高等学校	50人
11/21	芦北高等学校	43人	12/14	八代工業高等学校	89人
11/26	球磨工業高等学校	101人			

※実績はH30.12.14現在

### 今後の予定

- ♥ 北陵高等学校
- ♥ 菊池農業高等学校
- ♥ 多良木高等学校
- ♥ 矢部高等学校
- ♥ 玉名高等学校
- ♥ 九州学院高等学校
- ♥ 熊本工業高等学校
- ♥ 上天草高等学校
- ♥ 秀岳館高等学校
- ♥ 天草拓心高等学校マリノ校舎
- ♥ 菊池高等学校
- ♥ 慶誠高等学校
- ♥ 南陵高等学校
- ♥ 松橋高等学校
- ♥ 人吉高等学校
- ♥ 済々黌高等学校
- ♥ 大津高等学校

## ★平成30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
10/11	八代工業高等学校	11/30	天草拓心高等学校マリノ校舎
10/25	天草工業高等学校	12/5	東海大学付属熊本星翔高等学校
10/31	玉名工業高等学校	12/7	菊池農業高等学校
11/6	城北高等学校	12/7	熊本工業高等学校
11/14	岱志高等学校	12/17	多良木高等学校
11/16	球磨工業高等学校		

※実績はH30.12.17現在

### 今後の予定

- ♥ 松橋高等学校
- ♥ 御船高等学校
- ♥ 慶誠高等学校
- ♥ 大津高等学校
- ♥ 玉名女子高等学校
- ♥ 菊池女子高等学校

### 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!!



# あなたの街ガイド

## 御船町

MIFUNEMACHI



御船町役場 健康づくり支援課

課長 本田太志さん(写真左)

係長 上田富美さん(写真右)

御船町マスコットキャラクター ふねまる君

献血回数は104回、という本田課長と、健康体でいい血液を献血で提供したい！という栄養士の上田係長。地元の婦人会やライオンズクラブなどの皆さんと力を合わせて献血活動に取り組まれています。「少子高齢化が進む中、若い職員の協力ができていて頼もしい。」と、笑顔の本田課長。「献血が自身の健康管理になることや、服薬していても献血できる場合があることなど、もっと町民にアピールしたい。」と意欲満々です。上田係長も負けじと、職場の同僚と富士山の登山に行ってきたこと、健康維持には朝ごはんがいかにかに大切であることなど、健康づくりの話題が耐えないお二人でした(´▽`)！

## 御船町恐竜博物館



日本初、肉食恐竜の歯の化石が発見されたという「恐竜の郷 御船町」で外せないスポット。今にも動き出しそうな恐竜の展示物は迫力満点！御船層群で発掘された化石もズラリと並んでいて見ごたえ充分です。展示物の詳細は、解説用タッチパネルや会場のスタッフに詳しく教えてもらえるので、じっくり恐竜の進化や生態などについて学ぶことができます。博物館で行われるイベントや恐竜グッズ(万華鏡や缶バッジなど)造り体験もあるので、是非、友達、家族と遊びにいこう！



町内には12体の恐竜と化石のモニュメント。散策も楽しい。



一日いても飽きません。



生きている恐竜を一度見てみたい！



恐竜グッズ買えますよ♡



化石のクリーニング作業室なども見学できます。

上益城郡御船町大字御船995-6

TEL.096-282-4051

営業時間／9:00～17:00(入場16:30まで)

休館日／月曜日、年末年始

※イベントスケジュールはホームページをチェックしてね。

## みふね観音温泉 華ほたる

寒い冬はやっぱり温泉に限る！自然に囲まれた露天風呂からの夜景がきれいとお好評です。当食堂の一番人気、地元で採れた野菜をふんたんに使った具たくさんちゃんぽんも食べてみて！

上益城郡御船町木倉1720-8 TEL.096-281-1126

営業時間／10:00～22:00 定休日／偶数月の第3水曜日

料金／大人(中学生以上)500円、子ども(4歳～小学生250円、3歳以下無料)、家族風呂1,000円＋入館料





今回、39回の献血です。  
50回も目標に、毎日健康に  
気をつけて努力中!!  
家族といっしょでも健康で  
過せる様に、家庭菜園で  
とれた野菜を中心に、毎日  
料理を作っています!!

(63歳 和木町在住)

採れたての野菜で作る料理はさぞおいしい  
でしょうね。ご家族がいつまでも健康であり  
ますように。

メッセージ  
待ってるっ!



# 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。

200回目の献血の時、診察の若いドク-  
に「多くの献血ありがとうございます。献血  
者のおかげで安心して患者さんの手術が  
出来ます。」と感謝されました。

献血は、患者さんの為と思つたのです。  
治療するドク-に感謝され、医療に携  
わる人達の為だと再認識しました。

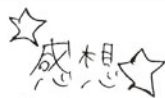
これからも健康に気をつけてラストの献血  
まで頑張ります。(61歳 熊本市東区在住)

献血は人の命を救う尊いボランティアですよ。  
献血200回、ありがとうございます。

先日、新しくなってから初めて  
下通ソールームに行きました。  
とってもキレイで、お菓子の種類も  
豊富で、なにより!!  
マンガの種類、フォイスが  
最高でした♡  
本自体もキレイだし、待っている間も  
苦になりませんでした。  
長居したくはなっちゃんいます♡

(33歳 熊本市南区在住)

ご満足いただいで何よりです!  
またのお越しをお待ちしています。



かわいい表紙に7つくらい  
はじめて手に取りました。

(35歳 熊本市東区在住)

ありがとうございます!  
皆さまに読んでいただけるよう  
記事作りに励んで参ります!

熊手に何十年振りに帰省  
してあつりに変わった風景  
にびっくり。久しぶりに献血  
させていたことに感謝。  
少しでもお役にたてれば  
と思います。

(東京都在住)

道路や建物が新しくなりましたよね。  
地元でも道に迷ってしまいますね。

# 献血スナップ

10月～12月に写真を撮らせていただいた方々をご紹介します。

@下通り献血ルーム  
COCOSA



肥後熊友ライオンズクラブの皆さん。

献血の呼び掛けボランティアに来ていただきました。



熊本看護専門学校生徒さん。



九州看護福祉大学の皆さん。

@専修大学玉名高等学校



友達と一緒に初めての献血！

@崇城大学



学内献血で冬の献血協力を呼び掛けました。学生ボランティアの皆さん。

@日赤プラザ献血ルーム



献血ルームに、季節ごとの飾りつけをしています。10月はハロウィンでした。

# ティーコーディネーター 静香さんの 「おいしい紅茶の淹れ方」

寒い冬は体をあたためる暖かい飲み物がかかせませんね。  
今回は、我が血液センターのティーコーディネーター  
静香(看護師)さんが、おいしい紅茶の淹れ方をご紹介します。

10年前  
紅茶教室に参加したときに、  
紅茶の奥深さに驚き、  
その魅力にハマって  
しまいました♡



静香

## おいしい紅茶の条件

- 1 明るく澄んだ色
- 2 優雅な香り
- 3 コクのある味
- 4 爽快な渋み
- 5 のどごしがいい



ティーバッグはインスタントではありません。淹れ方次第でおいしい紅茶の条件をきちんと満たすことができる優れたものです。ティーバッグ1袋で1杯の抽出が原則です。

## 淹れ方

- 1 カップをあらかじめお湯で温めておきます。
- 2 くみたての水道水を、ブクブクと大きな気泡が見えるまで沸騰させます。
- 3 カップのお湯を捨て、沸騰させたお湯をカップに注ぎます。
- 4 ティーバッグを入れ、ソーサーやお皿で蓋をして蒸らしします。
- 5 時間になったらティーバッグを軽く振り取り出します。

くみたての水道水に含まれる「ガス」を利用することによって、おいしい紅茶を淹れることができます。

蒸らし時間はしっかり守ってくださいね。蒸らし時間はティーバッグのパッケージに書いてあります。

おいしい紅茶の淹れ方で淹れた紅茶と、やってしまいがちな紅茶の淹れ方で淹れた紅茶の味比べをしてみてください。ビックリするほど味の違いが分かります。

やってしまいがち！これではおいしい紅茶を淹れることができません。

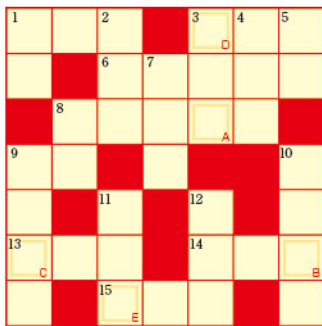
- ボットで保温していたお湯を使っちゃえ。
- もったいないなー、紅茶の色もつくし〜と、ティーバッグ1袋で2度3度の抽出。
- カップに先にティーバッグを入れ、その後お湯を注いじゃう。

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。  
(※ヒントは2ページを見てね)

- たてのカギ
- 1 平たく大きな草履のような形をしたパン
  - 2 円を押しつぶしたような形
  - 3 しずくが凍って棒状に垂れ下がったもの
  - 4 アドゥの果汁を発酵させたアルコール飲料
  - 5 体内のミネラルの中でカルシウムの次に多い栄養素。元素記号はP
  - 6 農業、農業関連の意味を表す言葉
  - 7 会社・商品名などの文字を特別にデザインしたものを「〇〇タイフ」
  - 8 防寒用・装飾用のえりまき
  - 9 立春の前日に豆をまいて悪疫退散や招福の行事を行う
  - 10 立春の前日に豆をまいて悪疫退散や招福の行事を行う
  - 11 必要な費用。また、金銭のこと
  - 12 ユーカリの葉を好んで食べる動物



### よこのカギ

- 1 カード状の紙などに人名を表示したものの
- 3 妊娠初期に起こる吐き気と嘔吐のこと
- 6 航空路線、航空会社を意味する英語
- 8 映画が長期にわたって劇場公開されること
- 9 子の子。血統で子より後のもの
- 13 発達した積乱雲から激しく降る雷を伴った雨のこと
- 14 西アジア・中東の国で首都はアブダビ。「〇〇首長国連邦」
- 15 普通の着物より少し長く、綿を入れた広袖の防寒用の和服。



答  
A B C D E

Vol.54は  
4月発行予定です。

8618039  
血液センター  
くびの広報係  
〒100-0001  
東京都中央区新富

### 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31年3月31日(日)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。

個人情報の取扱について 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※1	男性18～69歳※1 女性18～54歳	16～69歳※1	男性17～69歳※1 女性18～69歳※1
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※2 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	

※1 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。

※2 年間(1年)は52週として換算 ●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

今回の献血	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。



### 日赤プラザ 献血ルーム

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



### 下通り献血ルーム COCOSA

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

<https://www.bs.jrc.or.jp/bc9/kumamoto/>

facebook



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