

KUBIRU(くびる)とは熊本弁で結ぶの意味です

# KUBIRU

2020.4  
Vol. 58  
Spring

熊本県赤十字血液センター情報誌 年4回発行

献血のハートが満開となりますように♡



熊本県赤十字血液センター  
マスコット ハービット

## CONTENTS

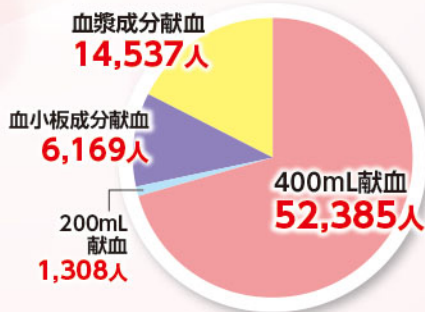
令和元年度献血者数、令和2年度献血目標  
成分献血平日限定プレゼント  
献血デビューキャンペーン  
みんなの献血プロジェクト  
献血ルームに行こう!

学生献血推進協議会紹介  
献血血液のゆくえ(第4回)  
血液製剤の種類  
新献血バス登場  
献血Web会員募集中!

献血協力企業・団体募集しています  
Voice  
献血スナップ  
おハガキでいただいたお料理作ってみました  
クロスワードパズル

# 熊本県内で、74,399人のご協力をいただきました！

昨年度は、多くの県民の皆さまのご協力により、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ことができました。熊本県では、1日に約200人の献血協力が必要とされています。今後とも、継続的なご協力をよろしくお願いたします。

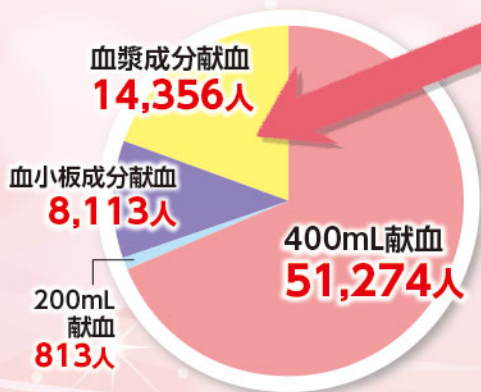


令和2年度 熊本県の  
献血目標数は  
74,556人



献血目標数は、国、県及び血液センターとの協議により決定しています。近年、特に血漿成分を原料とする血漿分画製剤の医療機関からの需要が増加し続けています。400mL献血と併せて、成分献血につきましても、皆さま方のご協力をよろしくお願いたします。

熊本県の献血者数目標 (採血種類別)



特に**成分献血**の継続的なご協力をお願いします

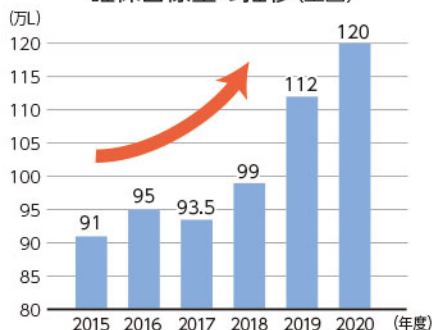
献血血液の半分以上は  
献血以外に使われます



献血確保目標量 (全国)



分画製剤用原料血漿  
確保目標量の推移 (全国)



# 「くまモン×献血 オリジナル缶バッジ」プレゼント!

平日の成分献血にご協力いただいた方に、「くまモン×献血 オリジナル缶バッジ」をプレゼント。

缶バッジのデザインは毎月変わります(全16種類)。全種類集めよう!

平日成分献血限定

**期間** 令和2年9月30日まで

(実寸直径38mm)

**実施施設** 日赤プラザ献血ルーム  
下通り献血ルームCOCOSA

## 内容

- ◇各月、平日の成分献血が1回目の方  
→ 各月デザインを1個プレゼント。
  - ◇各月、平日の成分献血が2回目以降の方  
→ スペシャルデザインを1個プレゼント。
- ※過去のデザインとも交換できます。

成分献血は1年間に24回ご協力いただけます。

※血漿成分献血は1回換算。

血小板成分献血は1回を2回分で換算。



4月は桜デザインです。  
フレッシュな気持ちになりますね。

# 献血デビューキャンペーン!

少子高齢社会を迎え、輸血用血液を将来にわたって安定的に患者さんへお届けするためには、献血未経験の方(特に若い方)のご協力が不可欠です。  
是非、献血デビューお願いいたします!

**期間** 令和2年4月1日~9月30日

**実施施設** 日赤プラザ献血ルーム  
下通り献血ルームCOCOSA  
献血バス\*

(※)献血バスは、大学・専門学校を除きます。  
<別途学生キャンペーン有>

**内容** 献血初めての方へ、くまモンデザイン  
オリジナルグッズ(熊本限定)を  
プレゼント!



第2弾も  
お楽しみに!

第1弾  
くまモンデザイン  
ラバーコースター



# 献血プロジェクト「みんなの献血」

10～30代の献血者の増加を目指す献血プロジェクト「みんなの献血」。乃木坂46メンバーをイメージキャラクターに迎え、献血活動を展開します！（2020.4.1～2021.3.31）



—— 乃木坂46 ——  
オリジナルクリアファイルを  
プレゼント！

**対象** 記念品ご希望の上、  
献血にご協力いただいた10～30代の方。  
40代以上の同条件を満たした方で、  
39歳以下のご家族または知人の方が  
いらっしゃる場合（1枚まで）。

**期間** 5月31日まで  
※記念品が無くなり次第終了

みんなの献血

## 献血ルームに行こう！

日赤プラザ献血ルーム



駐車場完備

1階が  
献血ルーム  
です。

県内2カ所にある献血ルームの  
魅力をご紹介します。  
今回は「日赤プラザ献血ルーム」です。  
まだ献血ルームで献血したことのない方、  
是非、ご来所ください！



献血ルーム屋外には献血キャンペーンの  
情報を掲示しています。要チェック！



コミック本約1,000冊  
新刊そろっています！



待合室はゆっくりくつろげます。  
テーブル、椅子など  
リニューアルしました。



献血記念品も色々あります。  
（写真は成分献血記念品）

# 「熊本県学生献血推進協議会」のご紹介

「熊本県学生献血推進協議会」は、県内9大学11キャンパスからなる大学生ボランティアの組織です。これからの献血を担う若年層への献血の普及啓発を中心に、大学内における献血推進活動や街頭での献血呼び掛けなどを展開しています。



熊本県学生献血推進協議会会長

みやべ ゆうし

宮部 勇志さん 熊本保健科学大学(2年生)

若者の献血者を増やすために、メンバー全員で意見を出し合い学内献血などに真剣に取り組むことはもちろん、皆が楽しい雰囲気の中で活動できることを目指したいと思っています。また、協議会メンバーの中でも献血リピーターを増やすことが目標です。

若年層の献血を  
盛り上げるっつち!



九州ブロック学生献血推進協議会会長

うえだ こたろう

上田 虎太郎さん 東海大学熊本キャンパス(3年生)

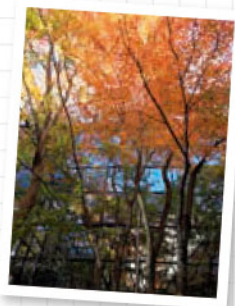
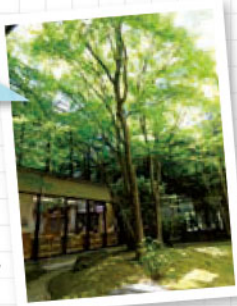
昨年は熊本の協議会会長を務めました。昨年の活動で掲げた「ひたすら楽しく献血推進活動!」のモットーを、今年は九州ブロックの目標とし、九州8県、10協議会の仲間たちと共に、これまでも増して若者への献血啓発に励みたいと思います!



Wi-Fi完備!  
充電もできます。



中庭は四季折々の眺めが楽しめます。5~6月にはヒヨドリが子育てにやってきましたよ。



季節ごとに変わる  
壁飾りも注目!(採血室)

★献血ルームの地図や  
献血受付時間は  
同誌裏表紙を見てね。



# 献血血液の ゆくえ

①集める



②調べる



③造る



④届ける



## 第4回 届ける(供給)

輸血用の血液は、各県にある血液センターで保管管理され、医療機関からの要請により、24時間365日体制で患者さんへ届けられます。血液センターでは、1日に必要とされる血液の約3日分を保管しており、急に大量の輸血が必要となった場合も対応できるようにしています。また、稀な血液型などの患者さんの需要に応じるために、全国の血液センターのネットワークを最大限に活用し、迅速な供給に努めています。



血液専用の輸送バッグ。  
後方は輸血用血液の保管庫。



熊本県では、1日に約120件の要請があります。

血液は医療機関にお届けするまできちんと温度管理されているうち



## 豆知識

## 血液製剤にはどんな種類があるの？

輸血用の血液は、血液の成分(赤血球、血漿、血小板)ごとに分けて造られます。血液製剤は種類によって最適な保管条件が異なるため、それぞれに合った条件下で保管します。また、輸血用の血液には有効期間があり、長期保存ができません。一年を通して安定的に患者さんへ血液をお届けするためには、皆さまの定期的な献血のご協力が必要不可欠です。



### ◆赤血球製剤

保存温度 2~6℃  
有効期間 採血後21日間

赤血球は、呼吸することで肺に取り込まれた酸素を全身の細胞に運搬する役割があります。



血液の有効期間は短いつち



### ◆血漿製剤

保存温度 -20℃以下  
有効期間 採血後1年間

血漿には各種の凝固因子が含まれ、血小板と協働して出血を止める役割があります。

### ◆血小板製剤

保存温度 20~24℃  
振とう(揺らしながら)保管します。

有効期間 採血後4日間

血小板は、出血の際に血管の傷をふさぐ役割があります。

トラック？

# 新、献血バス登場！



県内各地を巡回している献血バス(1台)が新しくなります。新しい車両は、なんとトラックベース！現在、内装などを準備中。完成次第、皆さまの市町村や事業所へ伺います。お楽しみに！



複数回献血クラブ  
**ラブラッド**  
Love Blood

## 献血Web会員募集中！

『ラブラッド』にご登録いただくと、様々な会員特典があります。是非、ご登録をお願いいたします。

### ★主な会員特典

- 1 献血のWeb予約で待ち時間なし(献血ルームのみ)。
- 2 献血ポイントで赤十字オリジナル記念品をGET♪
- 3 血液検査の結果をWebで簡単チェック。健康管理にどうぞ♪
- 4 献血可能となる日のお知らせをメール又はラインで受信。他

けんけつちゃんのデザインがかわいい  
赤十字オリジナル記念品。20ポイントでもらえます！



珪藻土コースター



かや織りふきん



会員専用カードに  
変えられます



登録はこちらから



※ご登録には  
10桁の献血者  
コードが必要です。

# 献血にご協力いただける 企業・団体を募集しています!



献血は一人で行えるボランティアですが、お一人の献血で救うことのできる患者さんの数は限られます。しかし、お一人の方が他の方にお声を掛けていただくことで何倍、何十倍もの患者さんの命を救うことができるのです。そのため、多くの方にご協力いただくことのできる企業・団体献血はとて大きな力になります。

## 献血バスを呼ぶ

献血バス1台の配車にあたりお願いすること

献血の種類	400mL献血	( 体重 50kg以上 年齢 男性17~69歳※、女性18~69歳※ 1年間に献血できる回数 男性3回、女性2回 ) ※65歳以上の献血は、60~64歳に献血経験のある方に限ります。
献血希望者数	1日:60人以上 半日:30人以上	
献血バスの駐車場所	全長:12m 幅:3m 高さ:4m ※バスの進入経路についても十分な広さが必要です	
受付場所の確保	会議室、事務所 など ※献血申込書の記入、電子タブレットによる問診などを行います。	
電源	1ヶ所(家庭用コンセント)	
日程調整	およそ2ヶ月前まで	

### 【実施前のPRについて】

- 日時や場所を記入したポスター・チラシを準備いたします。掲示および広報にご活用をお願いします。
- 放送、朝礼、会議、メールなどでの積極的な周知にご協力をお願いします。
- 献血PR映像による説明や、DVD貸出もあわせてご相談ください。

### 【献血に要する時間】

- バス1台で1時間に献血できる人数は約15名程です。
- 献血(受付・採血・休憩)に要する時間は、1人あたり30~40分程です。
- 特定の時間帯に協力が集中すると、待ち時間が発生し、お1人あたりの所要時間が長くなる場合があります。タイムスケジュールを作成していただくとスムーズです。



## 献血ルームで団体協力をする

献血バスの他にも、献血ルームでご協力いただける企業・団体を募集しています。

1日もしくは期間を決めて、日赤プラザ献血ルームもしくは下通り献血ルームにお越しいただき、ご協力をお願いします。また、下通り献血ルーム前での呼び掛けボランティアにご協力いただける企業・団体も合わせて募集しています。



**【献血実施後】** 献血バス、献血ルーム共に、ご協力いただいた企業・団体名及びご協力人数を、後日、熊本日日新聞「献血ありがとう」欄に掲載いたします。

お申し込み・お問い合わせ

熊本県赤十字血液センター 献血推進課 TEL 096-384-6725



先日、高3以来32年ぶりに献血をしました。  
当時頂いていた紙の献血カードであつと  
サイトに入れて持ち、こいたので驚かれました。  
新しいカードを頂き、気持ち新たに(笑)  
健康である限り、献血を続けたいと  
思います。  
少しでも誰かのお役に立てるかも(おない  
とこそ清々しい気分になります。

(50歳 熊本市西区在住)

久しぶりにご協力いただきありがとうございます！  
32年間お財布に入っていたとは驚きですw(°o°)w

18歳からしています。  
ラブウッドに登録してから  
待つ時間もなく、予約もウェブに  
出来る様になったので  
行きやすくなりました(笑)

(35歳 西原村在住)

「ラブウッド」便利です(一+)  
是非、周りの方々にもご登録を勧めて  
ください。

メッセージ  
待ってるっち!



# 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。

熊本県は献血がめずらしいから  
921と開いていますが、うちの町も  
熊本に引越してきて10年以上、  
街に出かけると自主的に献血して貰える。  
素晴らしい風潮に染まっています。  
協力しあえばいいですね。

(50歳 玉名市在住)

お買物とセットで献血。  
すばらしい習慣ですね。(^v^)

献血は大事で多くの方々が  
目標を決めて せられたりして  
ら、やるのにびっくりしました！  
私も自分ができることからさせて  
いきたいと思いました。

(43歳 嘉島町在住)

いつも献血にご協力いただき皆さま方に  
本当に感謝です!

私は今までけんけつを  
したことがなかったのですが、  
親せきが病気をして  
何度も助けられたので、  
昨年からはするようになりました。  
役にたきたいのでまた  
おどにいに行きたいです。

(30歳 宇城市松橋町在住)

輸血を必要とする患者さんへ不足する  
ことなく血液をお届けできるよう、私達  
スタッフも献血の呼び掛け頑張ります!

# 献血スナップ



11月～2月に写真を撮らせて  
いただいた方々をご紹介します。

@日赤プラザ献血ルーム



県立大学の学生さん  
インターンシップで献血の仕事を  
体験しました。

@下通り献血ルーム  
COCOSA



献血と骨髄バンクの呼び掛けにご協力いただきました。  
プルデンシャル生命保険(株)熊本支社の皆さま

@下通り献血ルーム  
COCOSA



自動車整備組合  
熊本支部(上)・植木支部(下)の皆さま

@下通り献血ルーム  
COCOSA



ライオンズクラブ国際協会  
337-E地区11Zの皆さま



@エフエム熊本



ラジオで献血についてアピールしました(中)。  
パーソナリティーの永松さん(左)と寺野さん(右)

@下通り献血ルーム  
COCOSA



熊本城マークのユニフォームが素敵ですね。  
熊本キャッスルライオンズクラブの皆さま

# おハガキでいただいた！ 簡単に鉄分が摂れるお料理を作ってみました。

## 作り方



1 豆乳、ゼラチン、はちみつを沸騰しない程度に温めながらよく混ぜる。



2 カップに黒蜜を入れ、冷ました材料1をカップに注ぐ。  
※黒蜜は上からかけてもOK。



3 冷蔵庫で冷やして完成！



## 豆乳プリン (2~3人分)

- ★豆乳 …………… 400cc
- ★ゼラチン ……… 5g
- ★はちみつ ……… 適量
- ★黒蜜 …………… 適量



材料はたったこれだけ

ゼラチンの代わりに寒天を使うと食物繊維もとれて良いですね(^^)O

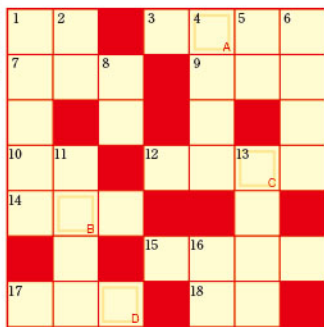
答え  A  B  C  D

## 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 春季に設けられる休暇の期間。
  - ② 屋根面を流れる雨水を流す為の設備。
  - ③ 春の味覚を代表する食材。
  - ④ トルコ共和国の通貨「トルコ○○」
  - ⑤ 熟と自重により衣類のしわをのばす、こて状の道具。
  - ⑥ 全天21の1等星の一つ。七夕のおりひめ星。
  - ⑦ 冬に赤色の実をつけるメギ科の常緑低木。
  - ⑧ 1990年代に主に女子高生の間で流行した数字でメッセージを送る小型通信機。
  - ⑨ スリランカ高地で生産される高級茶で世界三大銘茶のひとつ。



## よこのカギ

- ① 平和の象徴とされている鳥類のこと。
- ② 南ヨーロッパに位置する国で首都はローマ。
- ③ 冷凍保存した魚を凍ったままで味わう北海道の郷土料理。
- ④ 主君に忠誠を誓って仕える人。
- ⑤ ネズミイカ科に属するイルカ的一种。「○○メ」(砂潜)。
- ⑥ 不知火という柑橘類の中でも一定の基準をクリアしたものに使える名前。
- ⑦ 民間に口承されてきた説話。
- ⑧ お笑いコンビ、タカアンドトシのネタ「○○○○か」。
- ⑨ 気晴らしや健康などのために歩く事。
- ⑩ イタリア、スペインなどで軽食喫茶店、酒場などの店。

## 答

A B C D

Vol.59は  
7月発行予定です。

8618039  
血液検査  
くまのこ  
一戸建  
関係

## クイズの答え

- ・住所
- ・氏名
- ・年齢
- ・職業
- ・感想

鉄分の入った料理名など募集中心

●応募方法 / ハガキでご応募ください。

●バ切り / 2020年6月30日(火)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
年間献血回数 年間総献血量 (1年は52週として換算)	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、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

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。	
血小板成分献血				
200mL献血	男女とも2週間後の 同じ曜日から献血できます。		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。	
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



献血ルーム  
ではこんな  
サービスも  
充実して  
います!



## 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▶kmmt-somu@qc.bbc.jrc.or.jp FAX.096(381)5366