



KUBIRU(くびる)とは熊本弁で結ぶの意味です

KUBIRU

2021.4
Vol. 62
Spring

熊本県赤十字血液センター情報誌 年4回発行

春は、
るんるん〜!!
新スタートだけん
頑張るバイ!



熊本県赤十字血液センター
マスコットハービット

CONTENTS

所長新任あいさつ
令和3年度献血目標 他
熊本限定献血キャンペーン
献血ルームで電子書籍読めます
献血で健康ポイント貯まります!

献血協力企業紹介(イオンモール熊本)
熊本県学生献血推進協議会紹介
ラブラッド会員募集中
献血協力企業・団体募集
Voice

献血スナップ
カラダが喜ぶ手作りおやつ
クロスワードパズル



新任ごあいさつ

平素は、皆様に献血のご協力をいただき大変感謝申し上げます。

現在、世界は新型コロナウイルス感染症で行動自粛を余儀なくされていますが、このような中においても、多くの皆様に献血の必要性をご理解いただき、血液事業は順調に推移しています。

私はこの度、令和3年4月から熊本県赤十字血液センター所長となりました米村雄士と申します。

長年、熊本大学病院の血液内科と輸血・細胞治療部に所属し、皆様から献血していただいた血液製剤を血液疾患や外科手術患者様に使用しておりました。今後立場は違いますが、血液製剤を安全に適正に使用できるよう、血液センター職員、医療機関の皆様、そして献血者の皆様関係各位と、より綿密に協力していきたいと思っております。

血液製剤は、有限な資源で、種類によって有効期間も違い、赤血球製剤は21日間、血小板製剤は4日間、血漿製剤は1年間です。また血液型などもありますので、皆様から献血して頂いた貴重な血液製剤を、過不足なく合理的にマッチングさせていく必要があり、その役割を担っているのが、赤十字血液センターです。しかし、少子高齢化がますます進んで、血液製剤の需要と供給のバランスが崩れてくる可能性が懸念されています。今後、リアルタイムに必要な製剤がどれくらいの量で、それを献血者の皆様にお願ひしなければならぬかをわかりやすく開示して、献血者と輸血患者様がより身近に感じ取れるようになることも重要な課題だと思っております。

多くの患者様の命を守るためには、今後もより多くの皆様の継続的な献血が必要となりますので、より一層のご支援とご協力を賜りますことをお願い申し上げます。

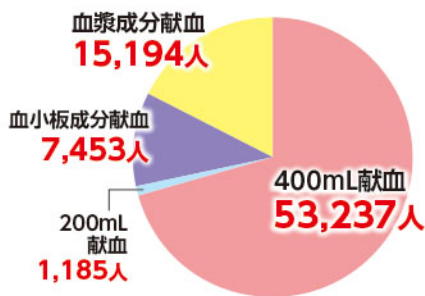
令和3年4月

熊本県赤十字血液センター 所長 米村 雄士

令和2年度

熊本県内で、77,069人のご協力をいただきました!

昨年度は、新型コロナウイルス感染拡大に伴うテレワークの普及や人々の外出自粛の影響などにより献血協力数が大きく減少する時期もありましたが、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不足することなく血液をお届けすることができました。ありがとうございました!

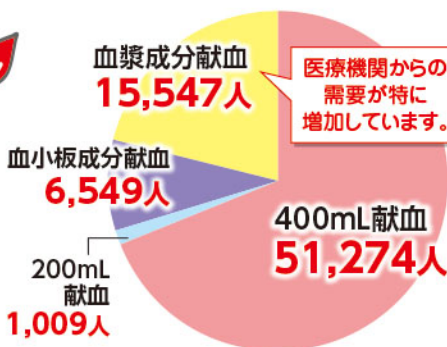


令和3年度 熊本県の 献血目標数は 74,379人



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、特に血漿成分献血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いたします。



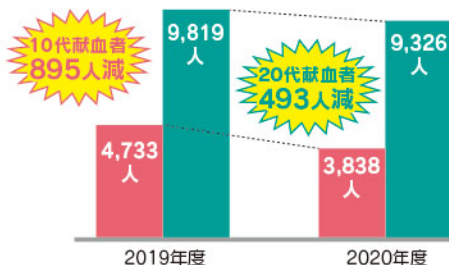
400mL献血は一年間に**男性3回、女性は2回**、成分献血は一年間に**合計24回**(血小板成分献血は1回を2回分で換算)ご協力いただけるっち。



特に10代、20代のご協力が必要です!

昨年度は、新型コロナウイルス感染拡大による大学・専門学校の休校等に伴い献血バスの受け入れが中止となり、県内の10代・20代の献血者数が大きく減少しました。

これからの献血を担う若い方々のご協力を特にお願いたします!



献血デビューキャンペーン!!

献血初めての方限定

新年度を迎え、学校や会社など新しい生活を迎えられた方も多いと思います。
献血未経験の方！是非、献血デビューお願いいたします！

期 間

令和3年9月30日まで

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

内 容

献血初めての方へ、
小紋ボーダータオルをプレゼント！
(いずれかひとつ。種類は選べません)



平日の成分献血でくまモン缶バッジをGET!

平日に成分献血にご協力いただいた方へ、
「くまモン缶バッジ(熊本県の観光名所デザイン)」1個をプレゼント。

デザインは各月、
スペシャル合わせて
全16種

期 間 令和3年9月30日まで

実施施設 日赤プラザ献血ルーム、下通り献血ルームCOCOSA

- ★当月、平日の成分献血が1回目の方→当月デザイン(下イラスト)を1個プレゼント
- ★当月、平日の成分献血が2回目以降の方→スペシャルデザイン(全4種)を1個プレゼント



4月(一心行の大桜)



5月(杖立温泉)



6月(日本一の石段)



※実寸直径38mm

スマホで雑誌・コミック・絵本が読み放題!

献血
ルーム
限定

ご利用できるサービス

雑誌 160誌/約300冊、コミック 約1,300作品/7,000冊、絵本 児童書 50冊

※随時最新号等に更新されます。

ご利用方法

① 献血ルームのフリーWi-Fiに接続します。

【SSID】 freespotSecurity Password(AES)
【PASS】 freespot



対象
デバイス

【スマートフォン・タブレット】

Google Chrome最新版、Safari最新版、Firefox最新版

※機種、ブラウザアプリによっては、ご利用できない場合があります。
※フィーチャーフォンではご利用いただけませんので、ご了承ください。

② ご利用するサービスの二次元バーコードを読み取ります。

※アプリのダウンロードは不要。

雑誌



コミック

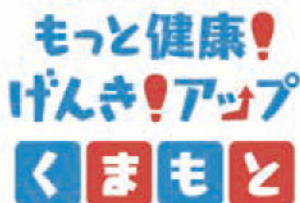


えほん



③ 各種サービスにアクセスし、閲覧ください。

熊本連携中枢都市圏事業
熊本健康アプリ



献血で健康ポイントが貯まります!

熊本連携中枢都市圏(14市町村)の健康ポイント事業『もっと健康! げんき! アップくまもと』は、「歩く」など日々の健康づくり活動を行うことでポイントが付与され、協力店で特典を受けたり、豪華賞品に応募することができるアプリです。

“献血もポイントの対象”となりますので、是非、健康管理の一環として献血にご協力ください!

実施市町村

熊本市、菊池市、宇土市、阿蘇市、美里町、
玉東町、高森町、西原村、南阿蘇村、御船町、
嘉島町、益城町、甲佐町、山都町
※熊本連携中枢都市圏の内、14市町村

対象者

実施市町村に居住または、通勤通学する
18歳以上の方

詳細、アプリのダウンロード等はこちら

熊本 健康アプリ

検索



献血 ありがとう

イオンモール熊本

上益城郡嘉島町
大字上島字長池2232

イオンモール熊本による献血協力は平成19年に始まり今年で15年目。これまでの実施回数は、計275回(令和3年3月現在)！昨今、新型コロナの影響でやむなく献血の予定を中止せざるを得ない企業や学校がある中、継続的に献血を実施いただき、安定的な輸血用血液の確保にご貢献いただいています。

献血をご担当されている吉井様と一見様は、「献血バスが来る時は、血液が足りていない時。」と、WEBサイト、店内の告知看板(献血告知専用！)や館内放送など、あの手この手で積極的に献血をアピール。また、190店舗の従業員のための協力日『献血デー』をご提案いただくなど、少しでも多くの献血者を集めようと意欲満々です。

お二人の普段の業務は、施設内の「安心・安全」の確保。今年度は新型コロナ対策もあり、大忙しの事。それでも、「ご来店される方々がショッピングを楽しめる環境を頑張って整えています。」と、笑顔。その元気の秘訣を伺うと、「日常生活の充実です！」と、一见様。ご自宅のキッチン器具など身の回りにある物をチョット高級なものに変えるなど、少しの工夫で気持ちが充実し、プライベートのみならず仕事のモチベーションもグッと上がるそうです。

最後に、若い方の献血が減少していることについて伺うと、「たった40分で助かる命があります。献血されたことがない方も是非、一緒に挑戦しましょう！」と、笑顔で締められました。これからもご協力よろしくお願いたします！



オペレーションマネージャー
よしみ つか
吉井 美香 様(左)
オペレーション担当
いちみ なるえ
一見 奈々江 様(右)



献血表彰歴

(H24.7.24)
日本赤十字社熊本県支部長感謝状(銀枠)
(R2.6.24)
日本赤十字社熊本県支部長感謝状(金枠)



献血日は、何度も放送で協力を呼び掛けていただきます。



店内に献血告知の掲示物を複数設置。目立ちます！

「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。

九州ブロック学生
献血推進協議会の会長も
兼務しています!



会長

はせがわりきや
長谷川 力也さん

熊本保健科学大学(3年生)

コロナ禍において、以前のような自由な行動が制限される中、さらに減少すると思われる若い献血者をどのようにして増やすか、メンバーと意見を交換し合い、より良い協議会を作り上げたいです。



副会長

はやしだ みき
林田 実樹さん

熊本学園大学(3年生)

SNSを中心とした献血の呼び掛けに力を入れたいと考えています。私達のような学生団体が率先して献血について発信することで、献血というボランティアが若い人達にとって身近なものになることが私の目標です!



副会長

みやべ ゆうし
宮部 勇志さん

熊本保健科学大学(3年生)

九州の大学生ボランティア全員の力を合わせ、献血を通して人の命を助ける手助けをしていきたいです。また、仲間には「あなたが会長で良かった!」と言われるように楽しい活動にしたいと思っています。



★主な会員特典

- 1 WEBで献血の事前予約
※献血バスは一部の会場で可
- 2 献血ポイントで赤十字オリジナル記念品をプレゼント
- 3 血液検査のデータで健康管理
- 4 献血可能日のお知らせをメール又はLINEで受信 他

～新規ご登録と事前予約のお願い～

輸血用血液を日々安定的に確保するため、また、新型コロナウイルス感染予防のための三密回避対策として、血液センターでは特に事前予約による献血をお願いしています(事前のご予約は電話でも承っています)。



← ご登録はこちら

※10桁の献血者コードが必要です。



オリジナル記念品

献血にご協力いただける 企業・団体を募集しています！



献血は一人でき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。ぜひご協力をお願いします。

献血バスで協力したい！ 献血バス1台の配車にあたり下記についてお願いしています。

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の確保をお願いします。	
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時間に約15名程献血できます。
- 献血（受付・採血・休憩）は、1人あたり30～40分程かかります。
- 三密防止や待ち時間削減のために、タイムスケジュールの作成をお願いしています。



献血ルームで団体で協力したい！

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

ついにあと1年で
目標の500回に
到達します！

(49歳 八代市在住)

あと一息ですね！

皆さまからいただいた血液で多くの
患者さんの命が救われています。

KUBIRUも読むと
献血をしたくなります。

(58歳 宇城市松橋町在住)

ありがとうございます！

これからも頑張ってKUBIRU作ります！

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。

フリーノート
からの
メッセージ

ノートは下通り献血ルームに
設置しています

私は県内の高校1年生です。
献血は今回が初めてで少し緊張しました。
私が献血をしようと思った理由は、
「献血することで医療の助けができる」
という考えがあったからです。
私は看護の道へ現在進んでいるので
今からでも役に立てる献血をこれからも
行って行きたいです。

初めての献血ありがとうございます。

将来、看護の道でのご活躍を楽しみにしています。

ヘモグロビンが少なく、献血が出来ない事もありましたが、毎朝の21
ジョース、40分の散歩を続けて、今では
全血でもOKな値まで戻ってきました。
健康維持に努め、元気に毎日
過ごして行きたいと思っております。

(47歳 熊本市南区在住)

日々の健康管理の成果が出てなによりです。
健康が第一ですね！

2年ぶりに献血出来ました。
コロナ禍でなかなか街に出れなくて
久しぶりに用事で出て来たので、不意に
思い出し、COCOSA 5Fへ...
69歳まで、年2回できれば良いな

(60歳 熊本市南区在住)

街に来たらセットで献血。(=^▽^=)
久しぶりの献血、ありがとうございました！

今回も予約してきました。
最近、知り合いに血液の
病気を持つ方がいらっしやること
を笑いました。
もしおしたら自分の献血が
役に下がっているのかな？
と思い、今後もしっかりと
思いました。

身近に血液が必要な方がいらっしやると、
より大事だと実感しますね。
これからもご協力をお願いいたします。

献血スナップ



12月～2月にお写真を撮らせて
いただいた方々をご紹介します。

@日赤プラザ献血ルーム



「仲間と一緒にまた献血に来ました！」
熊本県立大学の学生さん



@下通り献血ルーム
COCOSA

賑やか(>▽<)!
熊本信愛女学院高校の皆さま



@下通り献血ルーム
COCOSA

学習の一環で献血に来ました
学園大付属高校の皆さま



(注) 献血に協力?

@献血バス(玉名市)

2月22日(猫の日)、
玉名市のマスコット「タマにゃん」が
献血会場に来てくれました!



@下通り献血ルーム
COCOSA

熊本平成ライオンズクラブの皆さま



ライオンズクラブ国際協会337-E地区11Zの皆さま

カラダが喜ぶ手作りおやつ ほうれんそうとチーズのスコーン

材料(2人分) 1人分 210kcal

たんぱく質6.4g、カルシウム88mg、鉄1.0mg、食物繊維2.7g、食塩相当量0.4g



- ホットケーキミックス …………… 50g
- ほうれんそう(ゆでて小さく切る) 20g
- ゆで大豆 …………… 35g
- レーズン(小さく刻む) …………… 20g
- チーズ(小さく刻む) 10g
- サラダ油 …………… 小さじ2
- 無調整豆乳 …………… 小さじ2

作り方

- 1 ボウルに豆乳以外の材料を全て入れ、ゴムべら等でざっくり混ぜる。
- 2 豆乳を少しずつ加え、手で生地をまとめる。
- 3 クッキングシートの上に2を載せて、0.7cm程度の厚さで四角形にのばす。
- 4 包丁で2cm角に切る。オーブンで加熱(170℃ 15分程度)して完成!



栄養バランス◎
朝ごはんや運動後の
おやつにもGOOD!

レシピは「日本赤十字社熊本健康管理センター」提供

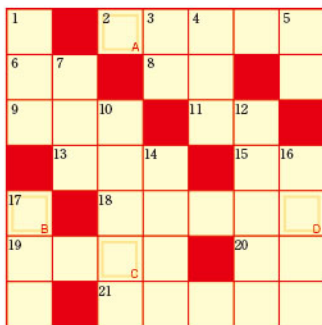
答え A B C D

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ちやうと振り返って目にとめて。
 - ②東北地方に位置する県。〇〇県。
 - ③自分の生活の拠点としている家。
 - ④巳年の翌年の干支。
 - ⑦大きく発達した後ろ脚が特徴の昆虫。
 - ⑩国民の祝日のつ。十二月三日。
 - ⑫ご飯を三角形や丸型に握り固めたもの。
 - ⑭不完全でたどどしいの言いかた。
 - ⑯男性が配偶者側の家督を継承すること。
 - ⑰やかんの英語名。



よこのカギ

- ②体の重さの事。
- ⑥夏の時期を日本で過ごす「夏鳥」といわれる渡り鳥の一種「〇〇メ」
- ⑧種子のまわりに白くて長い毛をつける植物。
- ⑨粒が小さいこと。また、そのさま。
- ⑪住民・領土・主権及び外交能力を備えた地球上の地域のこと。
- ⑬和歌の一形式で五・七・五・七・七の五句体の歌体の事。
- ⑮権利の対義語。
- ⑰じゃがいもから抽出された白い粉末の事。
- ⑲大切に手放さないもの。秘蔵の金品。
- ⑳兄弟姉妹の娘の事。
- ㉑子どもが知らない人を見て警戒する事。

答

A B C D

Vol.63は
7月発行予定です。

8618039
血液センター
くまもと県立
病院

クイズの答え
・住所
・氏名
・年齢
・職業
・感想

自分の入った
料理名など
募集中

●応募方法 / ハガキでご応募ください。
●バ切り / 2021年6月30日(水)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。	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
※土曜日が祝日の場合は開所



熊本市中央区下通1丁目3-8(COCOSA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
※金曜日が祝日の場合は開所



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