

Yell

エール

血液センター広報誌



No.07

2018.9月

Donor
Blood
Center
Patient



2018.7.31 夏休み親子献血教室(血液型判定)
会場:高崎駅献血ルーム

TOPICS

- ・ Yell's INTERVIEW
- ・ 群馬県献血功労者等表彰式受賞団体
- ・ 輸血を受けた患者さんの声
- ・ 貧血予防レシピ
- ・ 献血団体等紹介

Yell's INTERVIEW

「地域社会に
恩返ししたい。」

献血推進活動への
原動力。



齋藤 正美 氏

有限会社サイショウ代表取締役。山形県出身、群馬県邑楽町在住。平成18年に太田西ライオンズクラブの会長になり、同年に群馬県で開催された「第42回献血運動推進全国大会」で、体験発表を行う。

人との縁を大事にし、頂いた名刺は絶対に捨てないとのこと。世良田東照宮の役員を務め、1年に1回行われる太田市在住の山形県人会の芋煮会で親睦を深めている。

ライオンズクラブ国際協会333-D地区様からは県内の献血推進活動に多大なご尽力をいただいております。今回は太田方面でご活躍されている太田西ライオンズクラブ(以下 太田西LC)所属の有限会社サイショウ代表取締役 齋藤正美氏にお話を伺いました。

献血との出会いは平成12年に太田西LCに入会した時です。平成14年に太田西LC内の献血担当である保健環境安全委員長になり、同年にちょうど太田 YOU 愛(現在の太田献血ルーム)が立ち上がりました。血液センターの職員から現状を聞き、見て、感じて、どうせやるなら徹底的に献血者を集めようと決心しました。親交のある企業のトップを50人ほど直接訪問し、多くの従業員の皆さまにご協力をしていただきました。心から感謝しております。また、現在も直接訪問は継続して行っております。

私は山形県酒田市の沖合に浮かぶ「飛島」という小さな離島で生まれ、中学まで島で育ちました。平成3年に群馬県邑楽町に移住し、翌年に人材派遣会社である有限会社サイショウを立ち上げました。バブルがはじけて景気がどん底の中でした。人との縁に恵まれたからこそ、小さいながらも今の会社を存続することができております。感謝の気持ちで一杯です。地域社会へ恩返ししたいからこそ、献血推進活動に力を注ぎました。

献血とは人の命にかかわる大事なことです。今後も継続して献血推進に協力していきたいと思っております。輸血を待っている多くの方のために、健常者である皆さまには献血へのご協力をお願いいたします。

【取材・編集】田村・飯塚

長年に渡る血液事業へのご理解とご協力に心から御礼申し上げます。齋藤社長が取材中におっしゃっていたように人との縁を大切に、献血にご協力いただいた皆様への感謝の気持ちをずっと持ち続けていきたいと思っております。今回はお忙しいところ取材にご協力いただき、ありがとうございました。

群馬県献血功労者等表彰式を開催しました



8月8日(水)群馬会館ホールにおいて、平成30年度群馬県献血功労者等表彰式が開催されました。献血運動の推進に積極的にご協力いただき、他の模範となる実績を示した会社、事業所、地域組織、学校及び個人の献血功労者等1,338名に対し、表彰状及び感謝状等の贈呈が行われました。

厚生労働大臣表彰状

- 学校法人高崎商科大学
高崎商科大学附属高等学校
- リンテック株式会社吾妻工場

厚生労働大臣感謝状

- 株式会社本島ビジネスセンター
- 株式会社スーパーセンター フィール
- 株式会社富士製作所
- 株式会社サンユー

群馬県献血推進特別功労者(団体)知事章

個人1名 団体7団体

群馬県献血推進協議会長感謝状

個人936名 団体19団体

日本赤十字社献血有功章等

社長感謝状

献血団体5団体

金色有功章

個人125名 献血団体10団体

銀色有功章

個人212名 献血団体 7団体 献血推進団体1団体

支部長感謝状金枠

献血団体6団体 献血推進団体1団体

支部長感謝状銀枠

献血団体2団体

輸血を受けた患者さんの 声をお届けします

私の息子は、赤血球、血小板の輸血により
元気になることができました。息子の元気な笑顔を
みるのができて 本当にうれしいです。
献血をしてくださった方には、感謝しております。
本当にありがとうございます。
今後、一人でも多くの人が助かるためにも
献血に協力し、恩返しができると思います。

健大おすすめ貧血予防レシピ Vol.2 高崎健康福祉大学健康栄養学科監修

ピビンパプ



栄養価(1人分)

エネルギー	749kcal
たんぱく質	23.9g
脂質	23.8g
炭水化物	102.5g
鉄	3.6mg
食塩相当量	2.6g

材料(4人分)

肉みそ		ナムル	
牛ひき肉	330g	もやし	1袋
★しょうゆ	大さじ2強	ほうれん草	3/4束
★みりん	大さじ1と1/3	にんじん	1/3本
★酒	大さじ1	◎塩	小さじ1/3
★砂糖	大さじ1	◎しょうゆ	小さじ2
★おろしにんにく	小さじ1/5	◎ごま油	小さじ2
★すりごま	小さじ2	◎すりごま	大さじ2
ごま油	小さじ1	白飯	米3合分
トウバンジャン	小さじ1/3	いりごま(好みで)	適量

鉄分摂取のポイント

食品に含まれる鉄はヘム鉄と非ヘム鉄の2つに分けられます。

ヘム鉄

レバーや赤身の肉類、魚など動物性食品に多く含まれ、体内に吸収されやすい

非ヘム鉄

緑黄色野菜や豆・豆製品、海藻などに多く含まれ、体内に吸収されにくい
非ヘム鉄は、たんぱく質やビタミンCを含む食品と組み合わせることで吸収率が高まります。

調味料★

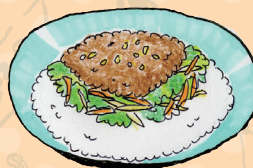


ほうれん草
(茹でて3cm幅)

にんじん
(千切りにして
茹でる)

もやし
(茹でる)

調味料◎



「肉みそ」

- ① フライパンにごま油とトウバンジャンを入れて熱し、牛ひき肉を炒める。
- ② ★の調味料を加え、汁気なくなるまで炒める。

作り方1

「ナムル」

- ① ほうれん草は茹で、水気を絞り、3cm幅に切る。
- ② にんじんは千切りよりも少し太めに切る。
- ③ にんじんともやしをさっと茹でる。
- ④ ボウルに野菜と◎の調味料を入れ、和える。

作り方2

白飯を器によそり、肉みそ、ナムルの順に盛り付ける。
好みでひねりごま*をかける。

作り方3

* いりごまを指先でひねりつぶしたもの

企業団体紹介



リンテック株式会社 吾妻工場 【厚生労働大臣表彰状受賞】

※通算20年以上の協力で過去に厚生労働大臣感謝状を受賞した事がある団体に贈られます。

リンテック株式会社様は、シール・ラベル用の粘着紙や粘着フィルムなどの粘着関連製品の開発及び製造を行っている総合メーカーです。生産拠点の1つである吾妻工場様は社会貢献の一環として昭和54年より継続して献血にご協力いただいております。本年の群馬県献血功労者等表彰式にて当該表彰状を受章されました。誠にありがとうございます。



一般社団法人 渋川青年会議所



(一社)渋川青年会議所様は渋川市広域に居住・勤務する20～40才までの青年経済人の集まりです。昭和43年より事業の一環として年に2回、献血にご協力をいただいております。今年3月には献血の理解を深めるため、会員の方を対象に献血に係るセミナーを開催していただきました。

次世代を担う
学生献血者

大学

群馬大学昭和キャンパス



編集・発行

群馬県赤十字血液センター
〒379-2154前橋市天川大島町2-31-13

TEL ● 027-224-2102(献血推進課)
URL ● <https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/gunma/>