Circular OSAKA 血液センターニュース

2017 Summer vol.292

大阪府赤十字血液センター公式Facebookを開始しました　大阪府赤十字血液センター

日本新聞販売協会キャラクター「にっぱんくん」(右)と
献血キャラクター「けんけつちゃん」(左)
(京橋駅前広場)

Topics　ラクロス献血推進活動をご存知ですか?

マンガでわかる!! けんけつちゃんの献血リポート
初回献血者ご紹介キャンペーン

ひろがれ　献血の輪!
日本新聞販売協会の皆さんにご協力いただきました

●プレゼントコーナー　●健康レシピ おちゃのこ菜々『カシューナッツの春雨サラダ』
●血液センターからのお知らせ　●編集後記

プレゼント Present クロスワード

クイズに答えてプレゼントをゲット!!

下記にあるそれぞれのヒントをもとに、タテ、ヨコのマスの1~10に入る言葉を導き出してください。ヒントを参考に、**A~Jに入った文字を並べ替えると**皆さんもよくご存じの言葉があらわれます。

●タテ

① 鰻を食べる土用の○○○○
③ ○○○○は英語でアドベンチャー
⑤ 手首で○○○を測る
⑥ まっ白の○○○回答

●ヨコ

② 生活の収支を記録する○○○○
④ グルメのことを日本語で○○○○○
⑥ 野菜を植えて耕す○○○
⑦ 全問正解○○○○○満点
⑧ 童謡の作者でも有名な北原○○○○○

1	2A	B	C	3
4D	E		F	
	5	6		G
7	H			I
8		J		

答え.(カタカナで)　献血を広める○○○○○○○○○○ご紹介キャンペーン

抽選でグッズをプレゼント!

正解者の中から抽選で**20**名様に記念品をプレゼントします。
さらにその中の**1**名様にオリジナルストラップ7本セットを進呈します。

●けんけつちゃんと近畿ご当地けんけつちゃん携帯ストラップセット

応募方法　ハガキに「クロスワード」の解答をご記入ください。当選者の発表は記念品の発送をもってかえさせていただきます。皆さまからいただいたご意見などは広報に活用させていただくことがありますので、ご了承ください。

応募締切　平成29年 9月30日 当日消印有効

※プレゼントにご応募いただいた際の個人情報は、上記の他、プレゼントの発送以外には使用いたしません。

①プレゼントクイズの答え
②住所、氏名、年齢、性別、職業
③このパンフレットを受けとった場所
このパンフレットのご感想・その他ご意見など

〒536-8505
大阪府赤十字血液センター
推進課

※住所は不要です。

Information おしらせ

複数回献血クラブ「けんけつE倶楽部」会員募集中!!

「けんけつE倶楽部」では、メールで情報発信を行い、継続した献血へのご協力をいただくための会員を募集しています。

携帯から▶abo@kenketsu.jp
スマホ・パソコンから▶https://www.kenketsu.jp/

携帯からのご登録はこちら

abo@kenketsu.jpか上のQRコードを読みとったアドレスへ空メールを送ってください。後から送られてくる返信メールのガイダンスに従ってご登録をお願いします。ドメイン指定をされている方は、kenketsu.jpの設定を行ってから登録してください。

【お問い合わせ先】
大阪府赤十字血液センター登録課
06-6962-7710
(平日9:00~17:30)

大阪府内の献血場所については下記のサイトでご紹介しています。

URL
http://wanonaka.jp/

携帯電話からはこちらへ

URL
http://wanonaka.jp/mobile/

Editor's note 編集後記

今年も暑い夏がやってきました。
毎年夏に悩まされるのが夏バテですが、皆さんは大丈夫でしょうか?
夏バテ対策には、ビタミンB1、B2とナイアシンを多く含む食材を摂取することが良いといわれています。
ビタミンB1は豚肉や玄米、ビタミンB2はレバー・うなぎ・卵、ナイアシンはカツオ刺身・たらこ・豚レバー等に多く含まれています。
この夏は食べるものをいつも以上に意識し、夏バテに負けない体をつくり、充実した時間を過ごしましょう。

健康レシピ おちゃのこ菜々

カシューナッツの春雨サラダ

のどごしのよい春雨に
砕いたカシューナッツがアクセント。
ごまドレッシングで香りよく。

材料(1人分)

・春雨 …… 20g
・カシューナッツ …… 10g
・えび …… 3尾
・きゅうり …… 1/4本
・トマト …… 1/2個
・A すりごま …… 大さじ1
ごま油 …… 小さじ2
しょうゆ …… 小さじ2
砂糖 …… 少々
レモン汁 …… 小さじ2

作り方

1. 春雨とえびはゆでておきます。きゅうりは千切りにします。
2. カシューナッツは適当な大きさに砕き、1と混ぜ合わせます。
3. Aの材料を合わせてドレッシングを作ります。
4. 2をドレッシングの半量とともに混ぜ合わせて器に盛ります。
5. トマトを添えて残りのドレッシングをかけます。

栄養メモ〈カシューナッツ〉　鉄分やビタミンKなど骨を丈夫にする栄養素を含むほか、不飽和脂肪酸であるオレイン酸を豊富に含み、生活習慣病予防に役立つといわれます。

大阪府赤十字血液センター
大阪市城東区森之宮2丁目4番43号

日本赤十字社　大阪府赤十字血液センター

人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move.