



日本国内で輸血を必要としている人は、1日平均約3,000人。
血液は、人工的に造ることができません。
あなたの40分が、誰かの一生になります。

行こう、献血。

♥ 献血はなぜ必要？

◆ 人工的な製造や長期保存ができない

医療技術が進歩した今日でも、血液は人工的に造ることができず、長期保存もできません。また、献血者の健康を守るため、一人の人が1年間に献血できる回数や量には上限があります。そのため、患者の皆さんに安定的に血液を届けるためには、一年を通じて多くの人に継続して協力してもらう必要があります。

◆ 病気の治療や医薬品を造るために必要

献血で集められた血液は、けがをしたときの輸血に使われるイメージがありますが、けがの治療で輸血されるのは全体のごくわずかで、ほとんどはがん

や白血病などの病気の治療に使われています。また、輸血に使われるのは献血血液のおよそ半分で、残り半分は血漿分画製剤という医薬品を造るために使われています。

◆ 若い世代の割合が減少

10代~30代の献血者数は、この10年で約35%減少し、全献血者数に占める若い世代の割合が減少しています。献血可能人口が減少し続ける中、若い世代からの協力が得られなくなると、将来必要な血液を確保できなくなる恐れがあります。将来の献血基盤を支えていくためには、皆さんの協力が不可欠です。

♥ 献血者の健康を守るための基準

献血者の健康を守り、患者に安全な血液を届けるため、献血にはさまざまな基準が設けられています。(問診などの結果によっては献血できないこともあります。)

献血の種類には、血液のすべての成分を採血する「全血献血」と、血液中の血漿や血小板だけを採血する「成分献血」があります。「成分献血」では、赤血球を再び体内に戻します。

● 採血基準※1

項目	献血の種類	全血献血		成分献血	
		①200mL献血	②400mL献血	③血漿成分献血	④血小板成分献血
1回献血量		200mL	400mL	600mL以下(体重別)	
年齢	男	16~69歳※2	17~69歳※2	18~69歳※2	18~69歳※2
	女		18~69歳※2		18~54歳
体重	男	45kg以上	50kg以上	45kg以上	
	女	40kg以上		40kg以上	
最高血圧		90mmHg以上			
血色素量	男	12.5g/dL以上	13g/dL以上	12g/dL以上など	12g/dL以上
	女	12g/dL以上	12.5g/dL以上		
血小板数		—		—	15万/μL以上
年間献血回数※3	男	6回以内	3回以内	④1回を2回分に換算して、③④合計で24回以内	
	女	4回以内	2回以内		
年間総献血量※3	男	①②合計で1,200mL以内		—	—
	女	①②合計で800mL以内		—	—

※1 基準や条件は他にもあります。詳しくは、日本赤十字社ホームページ(HP)http://www.jrc.or.jp/donation/をご確認ください

※2 65~69歳の方は、60~64歳の間に献血の経験がある人に限ります

※3 期間の計算は直近の採血を行った日から起算します。1年は52週として換算します

♥ 献血の流れ

① 受け付け



受付確認票に記入し、身分証明書(氏名・生年月日・顔写真が確認できるもの)を提示します。

② 問診・事前検査



体調などに関する質問にタブレット端末で回答します。



回答に基づき、問診と血圧・体温測定などをします。



少量の採血をし、献血ができるかどうかを事前に調べます。

③ 採血



事前検査結果に問題がなければ、採血します。

全血献血:10~15分
成分献血:40~90分
が時間の目安だよん



④ 休憩



十分に水分を取り、最低10分以上休憩します。

⑤ 献血終了



献血カードを受け取り、献血は終了です。



献血後、まれにめまいなどの体調不良が起こる場合があります。トイレや階段、駅のホームなどでは特に注意してください。気分が悪くなったり、針を刺した部位に痛みやしびれが残っていたりする場合は、すぐに血液センターに連絡してください。

【お願い】新型コロナウイルス感染拡大防止のため、電話またはウェブサイト「献血Web会員サービス ラブラッド」(HP)https://www.kenketsu.jp/)で、前日17:00までに予約をお願いします。

♥ 四日市献血ルーム「サンセリテ」



今年2月、ララスクエア四日市に移転しました

ララスクエア四日市5階(安島一丁目3-31)
①【全血献血】10:00~11:45・13:00~17:30
【成分献血】10:00~11:00・13:00~17:00
(12/29~1/3は休業)
☎ 0120-39-5863

献血にご協力いただいた人には、飲み物やお菓子、雑誌、漫画などを用意しています。

夏季は長期休暇などにより献血へのご協力が得にくく、また今年は新型コロナウイルスの影響もあるため、献血協力者が少なくなることが懸念されます。献血を必要とする患者の皆さんのためにも、ぜひ献血へのご協力をお願いします。

三重県赤十字血液センター 杉本明日香さん

●この記事についてのお問い合わせ・ご意見は

保健予防課 ☎ 352-0585 FAX 351-3304