

あなたの愛が、いのちをつなぐ 献血に協力ください

献血は、無償で血液を提供するボランティアです。国内の年間献血実績は約34万人で、献血された血液は、多くの人々の命を救っています。今回の特集では、献血の目的や流れ、市の取り組みなどを紹介します。



相馬看護専門学校生による献血

献血した血液はどのように使われるの？

献血した血液は、主に次の2つに活用されています。

- **血液製剤**
提供された血液を基に作られた医薬品です。血液製剤の最も多い用途は、悪性新生物（がんなど）の治療です。
- **輸血**
病院で手術を行ったり、けがや病気からの回復を助けるために使われます。具体的には、急患や大手術による大量出血、予期せぬ事故などで血液が不足する場合があります。そのような時に、輸血が命を救います。



献血した血液は、主に次の2つに活用されています。

献血の流れ

ホームページはこちら



1 受付

本人確認書類（免許証、保険証など）を持参し、献血施設で受け付けをします。
※2回目以降の方は、献血カードも持参。

2 問診

体調など18点の確認の後、問診と血圧測定などを行います。

3 採血

問診などの診断結果に問題がなければ、採血を行います。

4 休憩

採血後は十分に水分をとって、10分以上休憩します。休憩後に献血カードを受け取ったら終了です。

献血の留意事項

● 献血場所

日本赤十字社は、月1回を目安に、市内各地で献血会場を設置しています。会場は広報そうまに掲載するほか、アプリ「ラブラッド」で確認できます。
※アプリの取得は下記QRコードから。

● 献血できない方

▽体調不良の方▽一定期間内に予防接種を受けた方▽糖尿病治療薬など特定の薬を服用した方 など

● 献血カード

献血履歴の記録に使用するカードです。また、年間採血量に基づき、次回献血可能日が印字されています。

アプリの取得はこちらから

ラブラッド



教えて！献血Q&A

Q：献血に年齢制限はありますか？

A：厚生労働省のガイドラインにより、16歳～69歳の健康な方が対象です。
主な採血基準は下表のとおりです。

●主な採血基準（全血献血）

| | 200ml 献血 | 400ml 献血 |
|----|--------------------------|--------------------------|
| 年齢 | 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 |

※65～69歳は、60～64歳での献血経験がある方のみ。
※そのほか、血液成分や採血回数などの基準があります。

Q：献血にかかる時間は？

A：全血献血は、受け付けから献血終了まで約30～60分程度かかります。成分献血は、約1～2時間程度かかります。

※全血献血は、血液中の全ての成分を献血するものです。成分献血は血小板や血しょうなど特定の成分だけを献血するもので、採血後に赤血球を体内に戻すものです。

※成分献血は、福島市、郡山市、いわき市にある献血ルームで行えます。

Q：血液が足りなくなる心配は？

A：心配ありません。献血で採取される血液量は、医学的に採血可能とされる血液量（血液全体の12パーセント）を下回っています。採血された血液は体内で自然に再生されるため、適切な献血は体に影響を及ぼさないように管理されています。



移動献血バス



街頭啓発による献血協力呼び掛け

市の取り組み

市は、街頭啓発による献血協力の呼び掛けのほか、市内事業所などと協力した移動献血バスによる献血を実施しており、市民会館や市内商業施設などで気軽に献血ができる機会を設けています。
市内で献血する場合は、市からも記念品を贈呈しています。

1・2月は

「はたちの献血」キャンペーン月間

〔令和6年キャッチフレーズ〕

「その一歩が、だれかの一生になる。はたちの献血」

厚生労働省、都道府県および日本赤十字社は、献血者が減少傾向にある冬季に血液を安定的に供給するため、「はたちの献血」キャンペーンを実施します。

キャンペーン期間中は、ポスターやインターネットなどを通じて「はたち」の若者を中心に、広く献血の協力を呼び掛けます。

若者の皆さん、献血にご協力を！

少子高齢化の影響により、輸血を必要とする高齢者が増加しています。また、10～30

市は、これからも血液の安定供給のため、県などと協力して、献血協力への呼び掛けを継続していきます。一人一人の愛で多くの命をつなぐことができるよう、市民の皆さんも献血について考えてみませんか。

●問い合わせ先 保健センター（☎354477）

1月の献血はこちら

| 月日 | 時間 | 場所 |
|----------|-------------|---------------|
| 1月7日(日) | 10:00～12:00 | エイトタウン相馬 |
| | 13:30～16:00 | |
| 1月31日(水) | 10:00～12:00 | オリエンタルモーター(株) |
| | 13:30～14:30 | 相馬警察署 |
| | 15:00～16:00 | 相馬看護専門学校 |

代の若年層の献血者が減少しており、今後の血液の安定供給に支障を来す恐れがあります。
これまで以上に、献血への理解と協力をお願いします。