人間を救うのは、人間だ。

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

献血の日です。

主催 愛知中央ライオンズクラブ
長久手市商工会・長久手市

献血日	4月5日(金)
受付時間	午前 9:30 ~ 11:30 午後 1:00 ~ 4:00
受付場所	長久手市役所 長久手市保健センター２階 （市役所敷地内 N-バスのバス停前）

降圧剤・高脂血症治療薬・抗痛風薬 → 献血できます！
献血カード又は献血手帳をお持ちの方はご持参ください。

＜血液検査サービス＞ 献血された方には糖尿病・肝機能・腎機能・コレステロールなどの検査を行いお知らせします。健康管理にお役立てください。

血液は長期保存ができません。継続的な献血へのご協力をお願いします。

献血事前予約して
献血協力で
プレゼント

予約はアプリから

低温製法米
おいしいごはん

愛知県赤十字血液センター
自然保護のため再生紙を使用しています。

— お 願 い —

輸血医療はほかに代わり得るものがなく、生命を救う唯一の手段として行われます。
輸血を受けた患者さんに深刻な状況をもたらす場合がありますので「責任ある献血」をお願いします。

＜以下に該当する方は献血をご遠慮ください＞

(1) ３日以内に出血を伴う歯科治療（抜歯、歯石除去等）を受けた方
(2) ４週間以内に海外から帰国（入国）した方
(3) １ヵ月以内にピアスの穴をあけた方
(4) エイズ検査が目的の方
(5) ６ヵ月以内に下記に該当する方
① 不特定の異性または新たな異性と性的接触があった
② 男性どうしの性的接触があった
③ 麻薬・覚せい剤を使用した
④ エイズ検査(HIV検査)の結果が陽性だった（６ヶ月以前も含む）
⑤ ①～④に該当する人と性的接触をもった
(6) 今までに下記に該当する方
① 輸血（自己血を除く）や臓器の移植を受けた
② ヒト由来プラセンタ注射薬を使用した
③ 梅毒、C型肝炎、マラリア、シャーガス病にかかった
(7) 下記のいずれかに該当し、中南米諸国（メキシコを含むがカリブ海諸国は除く）を離れてから６ヶ月以上経過していない方（６ヶ月以上経過しているかは職員へお申し出ください）
① 中南米諸国で生まれた、または育った
② 母親または母方の祖母が中南米諸国で生まれた、または育った
③ 中南米諸国に連続して４週間以上滞在、または居住したことがある
(8) ジカウイルス感染症（ジカ熱）と診断され、治癒後１カ月間を経過していない方
(9) 昭和56年以降、以下の外国に滞在した方

英 国※ ※英国（the United Kingdom）とは、イングランド、スコットランド、ウェールズ、北アイルランド、マン島（Isle of Man）、チャネル諸島（Channel Islands）の総称

①昭和５５年(1980年)以降、平成８年(1996)年までに通算１カ月以上滞在した方
②平成９年(1997年)以降、平成１６年(2004)年までに通算６ヶ月以上滞在した方

アイルランド	イタリア	オランダ	サウジアラビア	スペイン
ドイツ	フランス	ベルギー	ポルトガル	

③昭和５５年(1980年)以降、平成１６年(2004)年までに上記の国に通算６ヶ月以上滞在(居住)された方
（通算6ヶ月の計算には①②④の滞在感も含みます。）

スイス ④昭和５５年(1980年)以降、通算に６ヶ月以上滞在した方
（通算6ヶ月の計算には①②③の滞在感も含みます。）

オーストリア	ギリシャ	スウェーデン	デンマーク	フィンランド	ルクセンブルグ

⑤昭和５５年(1980年)以降、平成１６年(2004)年までに上記の国に通算５年以上滞在した方
（通算５年の計算には①②③④⑤の滞在（居住）感も含みます。）

アイスランド	アルバニア	アンドラ	クロアチア	サンマリノ	スロバキア
スロベニア	セルビア	チェコ	ノルウェー	バチカン	ハンガリー
ブルガリア	ポーランド	ボスニア・ヘルツェゴビナ		マケドニア	マルタ
モナコ	モンテネグロ	リヒテンシュタイン		ルーマニア	

⑥昭和５５年(1980年)以降、上記の国に通算５年以上滞在した方
（通算５年の計算には①②③④⑤の滞在感も含みます。）

＜以下に該当する方は職員・検診医にお申し出ください＞

(1) ３日以内に薬を服用、使用した方
(2) １年以内に予防接種を受けた方
(3) 海外滞在歴について ３年以内に外国（ヨーロッパ、米国、カナダを除く）に滞在した方

上記以外にも患者さんや献血される方の安全性を確保するため、検診医の判断により献血をご遠慮いただくことがありますので、何卒ご了解くださいますようお願いいたします。

献血の基準について

健康な方ならば、献血による身体への影響はほとんどありません。しかし、体調をくずしていたり、健康状態の良くない時に献血をすると健康を損ねる場合もあります。献血者の健康を守るためにさまざまな基準を設けています。

（献血基準）

献血の種類 ／ 項目	全血献血		成分献血	
	400mL献血	200mL献血	血漿成分献血	血小板成分献血
1回献血量	400mL	200mL	600mL以下（献血血液量の12%）	
年　齢	男性:17～69歳※1 女性:18～69歳※1	16～69歳※1	18～69歳※1	男性:18～69歳※1 女性:18～54歳
体　重	男女とも50kg以上	男性:45kg以上　女性:40kg以上		
最高血圧	90mmHg以上 180mmHg未満			
最低血圧	50mmHg以上 110mmHg未満			
脈　拍	40回/分以上 100回/分以下			
体　温	37.5℃未満			
血色素量（ヘモグロビン濃度）	男性:13.0g/dL以上 女性:12.5g/dL以上	男性:12.5g/dL以上 女性:12.0g/dL以上	12.0g/dL以上（献血前後が極端に高くない女性は11.5g/dL以上）	12.0g/dL以上
血小板数	—	—	—	15万/μL以上
1年※2に献血できる回数（1年は52週として計算）	男性:3回以内 女性:2回以内	男性:6回以内 女性:4回以内	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	

※1 65歳から69歳までの方は、60歳から64歳までの間に献血の経験がある方に限られます。
※2 期間の計算は直近の採血を行った日から起算します。

（献血の間隔）

今回の献血 ／ 前回の献血	全血献血		成分献血	
	400mL献血	200mL献血	血漿成分献血	血小板成分献血※
200mL献血	男女とも4週間後の同じ曜日から献血できます			
400mL献血	男性は12週間後、女性は16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			
血小板成分献血				

※血漿を含まない場合には、1週間後に血小板成分献血が可能になります。ただし、4週間に4回実施した場合には次回までに4週間以上あけてください。

献血Q&A

献血は誰でもできるの？

A. 献血者の健康面の安全を確保するため、また、輸血を受ける方の安全を守るために、献血を行っていただけるかの問診を行います。献血基準の主なものは、左図のとおりです。
また、輸血を受ける方の安全を守るため、ＨＩＶ（エイズの原因となるウイルス）感染が疑われる方、輸血や臓器移植を受けた方、一定の期間に英国などへの海外滞在歴がある方等については問診で確認し、献血をご遠慮いただいています。

献血の際に、病気がうつることはありませんか？

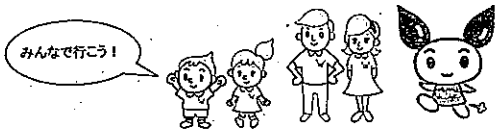
A. 衛生環境は厳重に管理しているため、心配ありません。
献血をする時に使われる針や血液のバッグなどは、献血者一人ごとに新しいものと交換されますので、ほかの献血者から肝炎ウイルスやＨＩＶなどがうつる心配は絶対にありません。

初めての献血ですが、400mL献血でも大丈夫ですか？

A. 献血前に医師が問診により健康状態を伺い、血圧や血色素量（ヘモグロビン濃度）を測定して、採血基準に適合するかどうかを判断しますので、ご安心ください。
ちなみに、人間の血液量は一般的に男性で体重の約8%、女性で体重の約7%といわれており、例えば、体重50kgの方であれば、男性は約4,000mL、女性は約3,500mL血液が流れています。
医学的にみて全血液量の15%以内が失われても問題がないことが報告されていますので、男性600mL、女性525mLまでの献血は問題ないことになります。

医療の現場では、どれくらい400mL献血の血液製剤を必要としているのでしょうか？

A. 全国の医療機関への赤血球製剤の供給は、97%以上が400mL献血由来の血液製剤となっております。



愛知県赤十字血液センターのホームページはこちら！
https://www.bs.jrc.or.jp/tkhr/aichi/