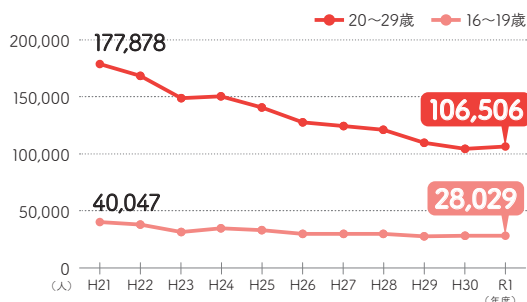


10代・20代の協力が もっと必要です！

[年代別献血者数の推移(都内)]



出典:東京都赤十字血液センター「資料年報」(平成23年度・平成26年度・令和元年度)

若い世代の献血者数が減っています。
将来の医療を支えるためにも、
若い皆さまに継続的に献血して
いただく必要があります。

骨髄バンク登録の ことも知っておこう

■ 骨髄バンクってなに？

健康なドナーから採取した造血幹細胞を、病気の方に提供するための仕組みのこと。

■ 骨髄移植って誰の役に立つの？

血液の病気(白血病など)で正常に血液をつくれずに苦しんでいる患者さんを救うことにつながります。

■ 骨髄ドナーになれるのは誰？

おもに次の3つの条件を満たす方

- ✓ 年齢/18～54歳の健康な方
 - ✓ 体重/男性45kg、女性40kg以上の方
 - ✓ 骨髄提供等の内容を十分に理解している方
- その他にも細かな条件があります。

■ 骨髄ドナー登録はどこでできるの？

都内献血ルームで、献血と併せて登録ができます。

■ 骨髄バンク・ドナー登録について、くわしくは

(公財)日本骨髄バンクスペシャルサイト

☞ <https://www.jmdp-donor-special.jp/>



JMDP
日本骨髄バンク

☎ 03-5280-1789

📺 <http://www.youtube.com/user/jmdprm>

令和2年11月発行

[編集・発行] 東京都福祉保健局保健政策課 疾病対策課 〒163-8001 新宿区西新宿2-8-1

[登録番号] (2)196 [TEL] 03-5320-4506

[HP] <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/index.html>

[Twitter] @tocho_fukuho @tocho_koho



古紙パルプ配合率60%再生紙を使用



この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

献血

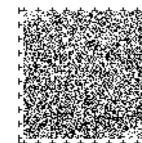
さしたことは ありますか？

実はいま、若い世代で
献血をする人が減っています。

私もできるの？ そんなに足りないの？
どこに行けばいいの？ なんとなく不安...

そんな人は多いはず！

まずはちょっとだけ、
知ることから始めてみませんか？



このリーフレットには、音声コードが開いた四角の両面に印刷されています。
専用の読み上げ装置で読み取ると、記録されている情報を音声で聞くことができます。

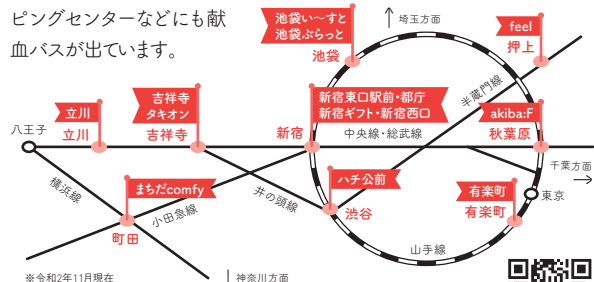
どこで献血できるの？

献血ルーム新宿ギフト



都内の13か所(※)の献血ルーム

カフェのようなきれいな空間で、お菓子や飲み物、雑誌もあります。
場所も駅前など、アクセス抜群。放課後やお買いもの帰りのひとやすみにはもってこい。学校やショッピングセンターなどにも献血バスが出ています。



※令和2年11月現在

くわしい日時や場所は、**東京都 献血** で検索！



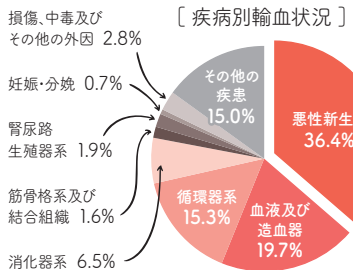
どうして献血が必要なの？

血液は人工的につくることができず、輸血を必要とする方を助ける唯一の方法が献血です。

毎日約3,000人が輸血を必要としています。

この量をまかなうためには、1日当たり約13,000人の献血が必要です。毎日多くの患者さんを救うためには、少しでもたくさんの献血が必要です。

3,000人
13,000人/日



出典：東京都福祉保健局「平成31年東京都輸血状況調査結果」

長く病気で苦しむ人の命をつなぐため。

実は、輸血を必要としている人の多くは、がん患者さん。あなたの献血によって、患者さんの明日が近づきます。

血液の有効期間は、限られています。

献血によってつくられる血液製剤の有効期間は、短いものと4日間です。常に十分な血液製剤を確保しておくためには、日常的な献血への協力が不可欠です。

4日間

輸血、だけじゃない。献血からつくられる薬。

血液からは、血漿分画製剤という薬がつくられ、ある種の神経疾患や川崎病などの様々な病気の治療に使われています。

献血のくわしいこと、教えて！

大きく2種類の方法があり、種類によって基準が違います。

全血献血 採血時間目安 10分～15分程度*

血液中のすべての成分を採血する方法。200mL・400mL献血という、採血量の違いがあります。

成分献血 採血時間目安 40分～90分程度*

血小板や血漿といった特定の成分だけを採血し、体内で回復に時間のかかる赤血球は再び体内に戻す方法。時間はやや長くなりますが、比較的身体への負担が軽いという特長があります。

	全血献血		成分献血	
	200mL献血	400mL献血	血漿成分献血	血小板成分献血
1回の献血量	200mL	400mL	600mL以下	
年齢	男	17歳から	18歳から	
	女	18歳から		
体重	男	45kg以上	45kg以上	
	女	40kg以上		

※その他受付・問診・血液検査・休憩で計30分ほどいただきます

献血ルームではどんなことをするの？

はじめてでも、大丈夫。献血ルームはとてもきれいで、スタッフも優しく、リラックスして献血に臨めるはず。

- 1 受付 受付確認票を記入／身分証明書で本人確認
- 2 質問への回答 安全な献血・輸血のため、健康状態などに関する質問に回答
- 3 問診・血圧測定 医師による問診・血圧測定
- 4 血液検査 ヘモグロビン濃度が採血基準を満たしているかなど測定
- 5 採血 採血ベッドで、いざ献血！
- 6 休憩 ゆっくり休んで、おつかれさまでした。

＼感染症対策もしっかり実施中！／



献血するときの注意点は？

例えば以下にあてはまる場合など、不安なときは献血会場の検診医にご相談ください。

☑ 薬を飲んでいる

病気や薬の種類によって、献血をご遠慮いただくことがあります。ビタミン剤などは、内服していても支障ありません。

☑ 最近、歯科治療を受けた

3日以内に出血を伴う治療を受けた場合など。

☑ 海外に行った

帰国日から4週間以内、特定の時期に一定期間イギリスなどへの海外渡航歴がある方については、一部制限があります。

☑ ピアスの穴をあけた

場合によって、1～6か月間献血ができないことがあります。また、唇や口の中、鼻など粘膜を貫通してピアスをしている方は、献血をご遠慮いただいています。