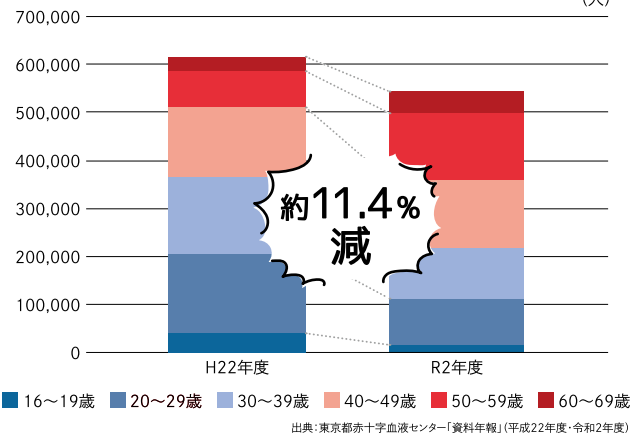


みなさんの協力が 必要です

年代別献血者数(都内)

(人)



都内の献血者数は
10年前と比べて
約11.4%
減少しています。

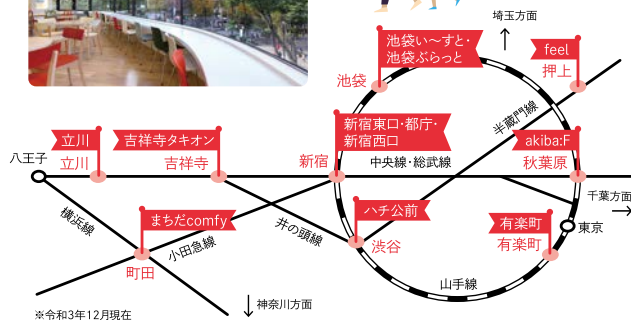
1人当たりの年間の
献血回数や献血量には
上限があります。
輸血が必要な患者さんへ
十分な血液を届けるには、
1人でも多くの方の
協力が必要です。

どこで献血できるの？

都内の12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。

献血ルーム池袋ぶらっと



有楽町献血ルーム



献血ルームfeel



くわしい日時や場所はWebで検索！

東京都 献血

検索



令和3年12月発行
[編集・発行] 東京都福祉保健局保健政策部疾病対策課
〒163-8001 東京都新宿区西新宿2丁目8番1号
[登録番号] (3)209 [TEL] 03-5320-4506
[HP] <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/index.html>
[Twitter] @tocho_fukuho @tocho_koho



リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

東京都福祉保健局

献血を したことは ありますか？

実はいま、
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。

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どうかなどを測定
- 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。

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。

☑ 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。

どうして献血が必要なの？

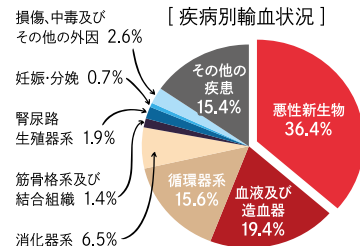
血液は人工的につくることができません。
輸血を必要とする方を助ける唯一の方法が献血です。

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、短いものだと4日間です。常に充
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。



長く病気で苦しむ人の命をつなぐため。



輸血というとケガ等の不
慮の事故で使われるイ
メージかもしれませんが、
実は、輸血を必要として
いる人の多くは、がん(悪性
新生物)の患者さん。あな
たの献血によって、患者さ
んの明日につながります。

輸血、だけじゃない。 献血からつくられる薬

血液からは、血しょう分画製剤
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！

全血献血 採血時間目安 10分～15分程度※1
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※1
血小板や血しょう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。時間はやや長がかかりますが、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	血しょう成分献血	血小板成分献血
1回の献血量	200mL	400mL	600mL以下	
年齢※2	男 16歳～69歳	17歳～69歳	18歳～69歳	18歳～69歳
	女	18歳～69歳		18歳～54歳
体重	男 45kg以上		45kg以上	
	女 40kg以上	50kg以上	40kg以上	

※1 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。

※2 65歳以上の献血については、献血される方の健康を考え、60～64歳の間に献血経験がある方に限ります。