

# 保健だより



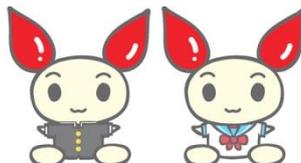
3年生献血号



12月9日(木)に、本校において3年生を対象とした献血が行われます。昨年度は男子を対象に実施し、42人が協力してくれました。本当にありがとうございました。

昨年は年齢制限のため、男子に限定しましたが、今年は女子も対象になります。献血は、人の命を救うボランティアです。この機会に、ぜひご協力をお願いします。

## ◎なぜ、献血が必要なの？◎



理由は主に2つあります。

★人工的に作れない：医療技術が発達した現在でも、血液は人工的に作ることはできません。

★長期保存ができない：血液は生きた細胞の集まりなので、長い間保存ができません。

1日に平均3000人が輸血を必要としています。

「輸血」と聞くと、大げがをした時に使われるイメージがありますが、実際はがん等の病気の治療に使われることが多いそうです。

少子高齢化により、献血ができる人口も年々減少しています。

特に、10代～30代の献血者数は、この10年で35%も減少しています。

→将来、安定した血液の供給ができなくなる恐れがある！

また、コロナウイルス流行の影響により、全国的に献血者数が減少しているそうです。



若い世代の皆さんの力が必要です。

高校生の今、献血という命を救うボランティアに参加しておくことは、皆さんにとっても貴重な経験になると思います。自分の体調と相談しながら、献血ができる人はぜひご協力をお願いします。

※事情があって献血ができない人へ※

自分が献血をすることはできなくても、家族や友達に献血について話す、献血への呼びかけを行うボランティアに参加するなど、様々な協力のしかたがあります。ぜひ、ご協力ください。



→裏面へ

## ◎献血の流れ◎



### ①受付

受付をします。  
本人確認のため、学生証を提示します。

### ②質問への回答

安全を守るため、質問に正確に回答します。

### ③問診・血圧測定

問診や血圧の値をもとに、採血の可否を医師が判断します。

### ④ヘモグロビン濃度測定 ・血液型事前検査

貧血の心配が無いのか、事前に調べます。

### ⑤採血

10～15分程度で採血ができます。

### ⑥カードの受け取り

献血カードを受け取って終了です。

### ※献血後の注意※

気分が悪くなったり、針を刺した部位に痛みやしびれがある場合は、すぐに献血スタッフへ知らせてください。終了後は十分に水分補給をし、10分以上は休憩をして下さい。

## ◎献血 Q&A◎

Q1.採血にかかる時間はどのくらい？

A.200mL・400mL  
献血は、ともに10～15分程度です。



Q2.献血する時の注意点は？

A.  
①薬を飲んでいる  
②3日以内に歯科治療を受けた  
③予防接種を受けた  
：インフルエンザは接種後24時間  
献血ができません。  
不安な人は、受付で相談を！



Q3.400mLも献血して大丈夫？

A.採血基準を満たしていれば安全です！初めての献血で不安な場合は、200mLでもOKです。



Q4.感染症対策は大丈夫？

A.  
採血に使う採血針やバッグ、手袋は一人ひとり交換しています。  
会場では、換気やアルコール消毒、人数制限、飛沫感染防止シートの設置などの対策をしています。



無理のない範囲で、ぜひご協力をお願いします！

参照：日本赤十字社HP