

# 特集・献血



静岡県献血イメージキャラクター  
"アボ (ABO) ちゃん"



## あなたの優しさが

## たくさんの方の命を救います

皆さんは、献血に対して「痛い」とか「怖い」という印象を持ち、二の足を踏んでいませんか。

世の中には、血液を必要としている人がたくさんいますが、

血液は人工的につくることができないため、どうしても献血に頼るしかありません。

献血はホンの少しの勇気と思いやりがあればできる身近なボランティア。

あなたの元気と健康を少しだけ分けてください。

### 献血は大きく分けて二種類あります

#### ●全血献血

血液のすべての成分をいただく方法で、四百ミリリットル献血と二百ミリリットル献血があります。採血された血液は、輸血用血液として使われるほか、それぞれの成分ごとに分離して「赤血球製剤」や「血小板製剤」などになって利用されます。

採血にかかる時間は十五分程度と短いのが特徴です。

#### ●成分献血

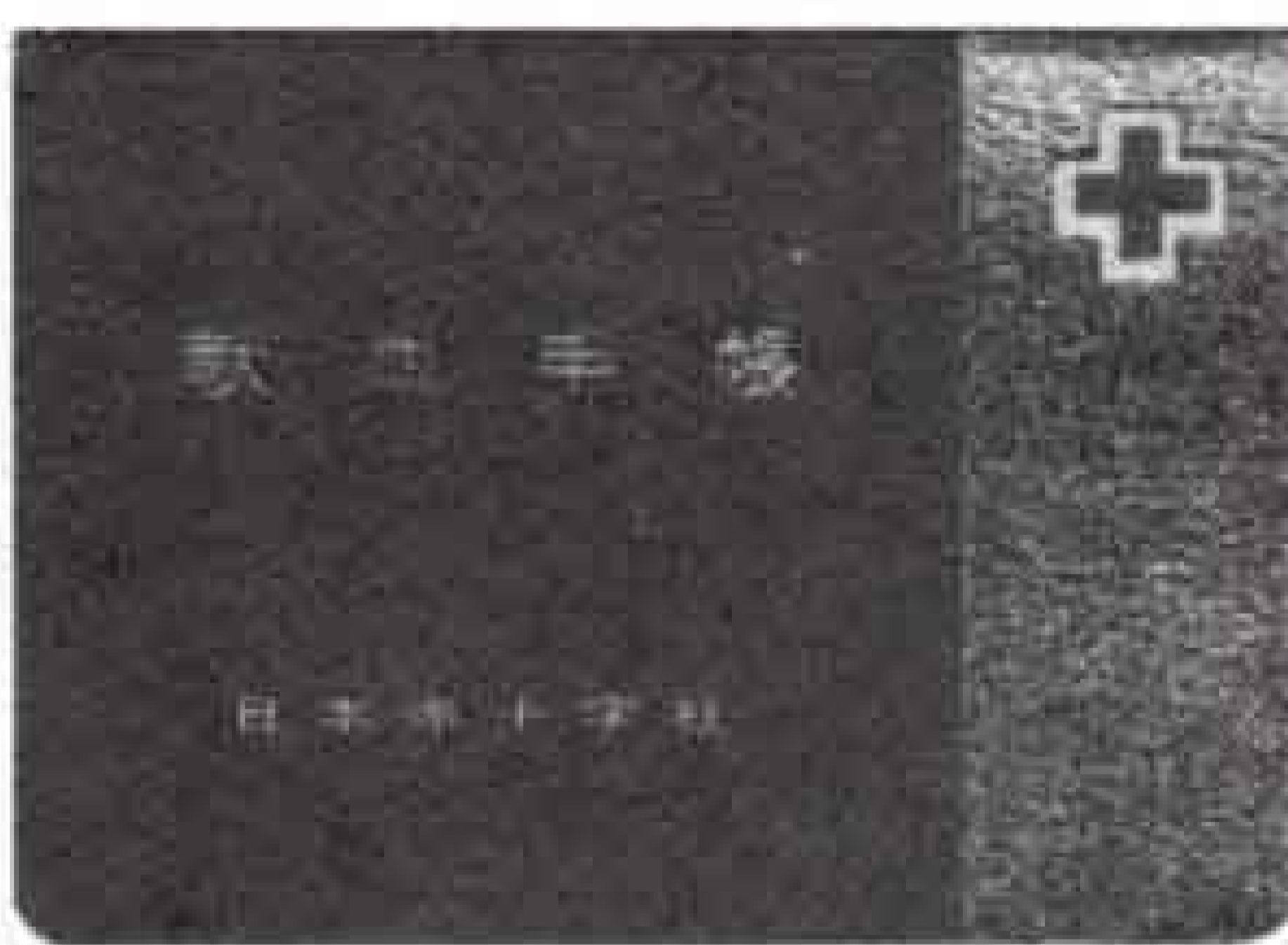
成分献血装置を使って、血液から自動的に血漿しょうじょうや血小板といった必要な成分だけを採用し、赤血球などは再び体内にお返しする方法です。方法は全血献血と変わりありませんが、三十分から五十分程度の時間がかかります。しかし、最も回復が遅いと言われる赤血球を体内にお返ししますので、身体への負担が軽く安全な献血と言えます。

### 十六歳から六十四歳までの健康な人ならどなたでも

ただし、献血の種類などによって多少の制限があります。二百ミリリットル献血は十六歳から、四百ミリリットル献血・成分献血は十八歳からになります。

また、体重による制限もあります。二百ミリリットル献血・成分献血は男性の場合四十五キロ

グラム以上、女性の場合は四十キログラム以上です。四百ミリリットル献血は、男女ともに五十キログラム以上でないとい献血することができません。



知っていますか？

献血のこんなこと

★無料で健康チェックが

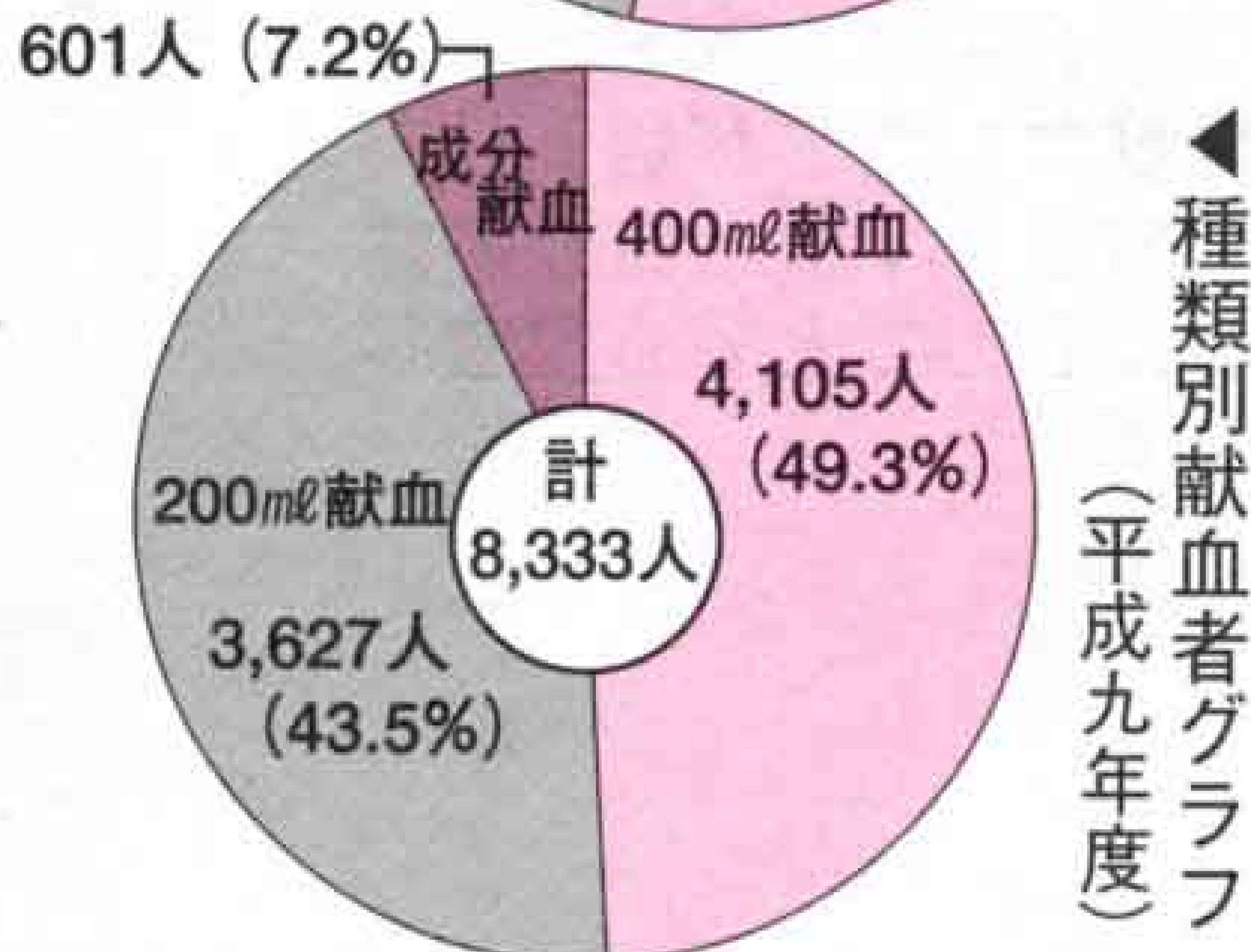
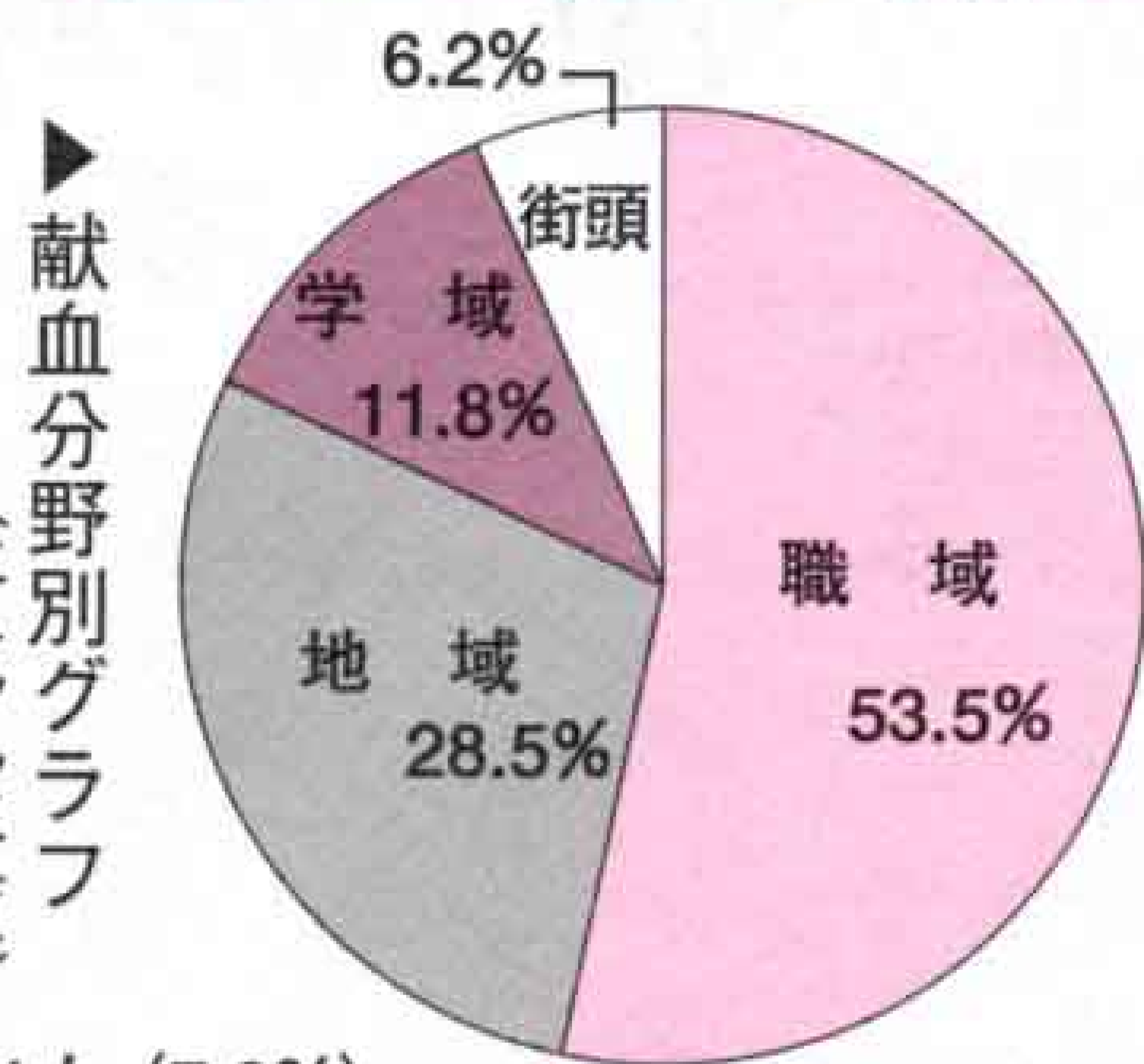
受けられます

献血をしてくれた人の血液について各種の検査サービスを行います。血液中のコレステロールや総たんぱくなどの生化学検査を行い、その結果を約二週間後に献血者全員に郵送します。

定期的に献血をするとその都度血液データを得ることができ、健康管理のパロメーターになります。ぜひ、役立ててください。



## 富士市の献血の現状と取り組み



社会福祉課長  
山本喜一郎

富士市の平成九年度の献血状況は、献血目標者数一万八百五十人に対し、献血者数八千三百三十三人で達成率は七六・八%でした。

本市の特徴としては、企業などの職域献血や各種団体による地域献血の割合が多い反面、街頭献血や学校などの学域献血の割合が少ないことが挙げられます。職域献血が多い理由は、産業都市ということと、企業や事業所のご協力が多いからです。逆に街頭献血が少ないのは、人が集中する場所が分散していることと、他市への通勤・通学者が多く昼間の人口が少ないことが原因でしょう。

また、最近は四百ミリリットル献血や成分献血に協力してくださる人の割合が多いですね。その点は、献血事業に協力的な人が多いと言えるのではないのでしょうか。

献血は皆さんの善意で行われるものなので強制することはできません。ですから、献血バスでの街頭献血の日程を広く宣伝したり、学域献血の拡大に向けて、各学校に呼びかけをしたり、大きなイベント会場で献血を行ったりと、献血に興味を持ってもらえる環境づくりに取り組んでいます。

より多くの人に献血の意義を理解していただき、協力していただければと思います。

### 病気がうつることはありません

献血をすることで肝炎やエイズなどの病気が感染することはありません。採血に使用する針やチューブは使い捨てです。

また、健康で体重などの条件を満たしていれば四百ミリリットルの血液を採血しても健康上問題ないことが、医学的に証明されています。

また、輸血を受けられる人の健康を守るために、献血を行う前に問診を行っていただきます。正確にお答えください。



#### ★ 献血協力者には粗品を差し上げています

献血に協力していただいた人には、その場で粗品をお渡ししています。そのほか、一定回数以上の献血をした人に記念品を贈呈しています。

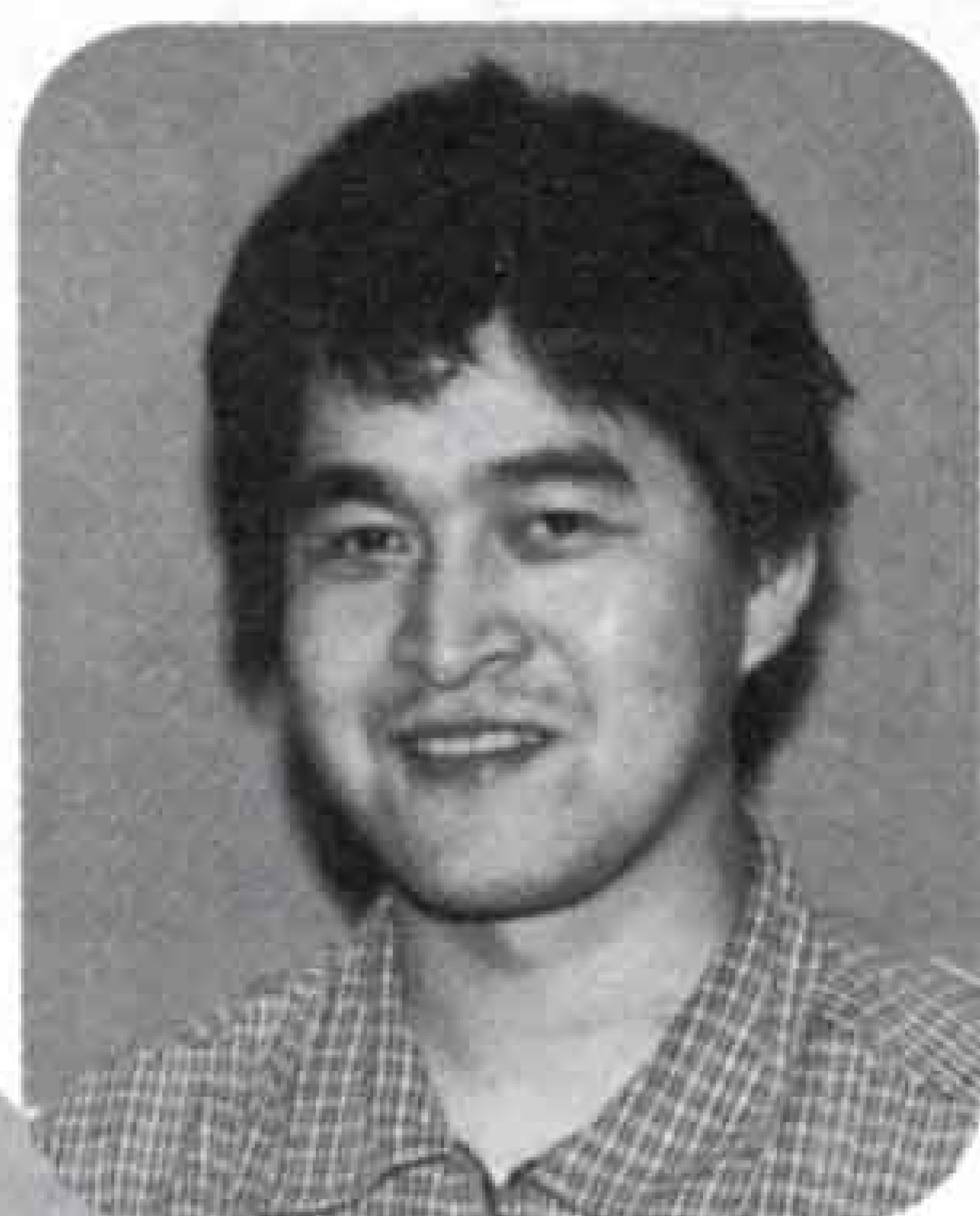
#### ★ 血液には寿命があります

血液の保存期間は成分によってさまざまです。血小板で二日間、赤血球などで二十一日間と意外と短いのです。もちろん有効期限を過ぎてしまった血液は、使用できなくなります。血液は長期間の保存ができないため、献血者が減る真夏や真冬といった時期は、需要と供給のバランスをとることが大変です。これから夏に向かい血液不足が心配されますので、ご協力をお願いします。

#### ★ 街頭献血は定期的に行っています

毎月第三木曜日の九時三十分から十五時三十分まで市役所西口、毎月最終土曜日の十時から十六時までJR富士駅北口で献血を行っています。そのほか各地区でも行っています。詳しくは広報ふじ二十日号をごらんください。

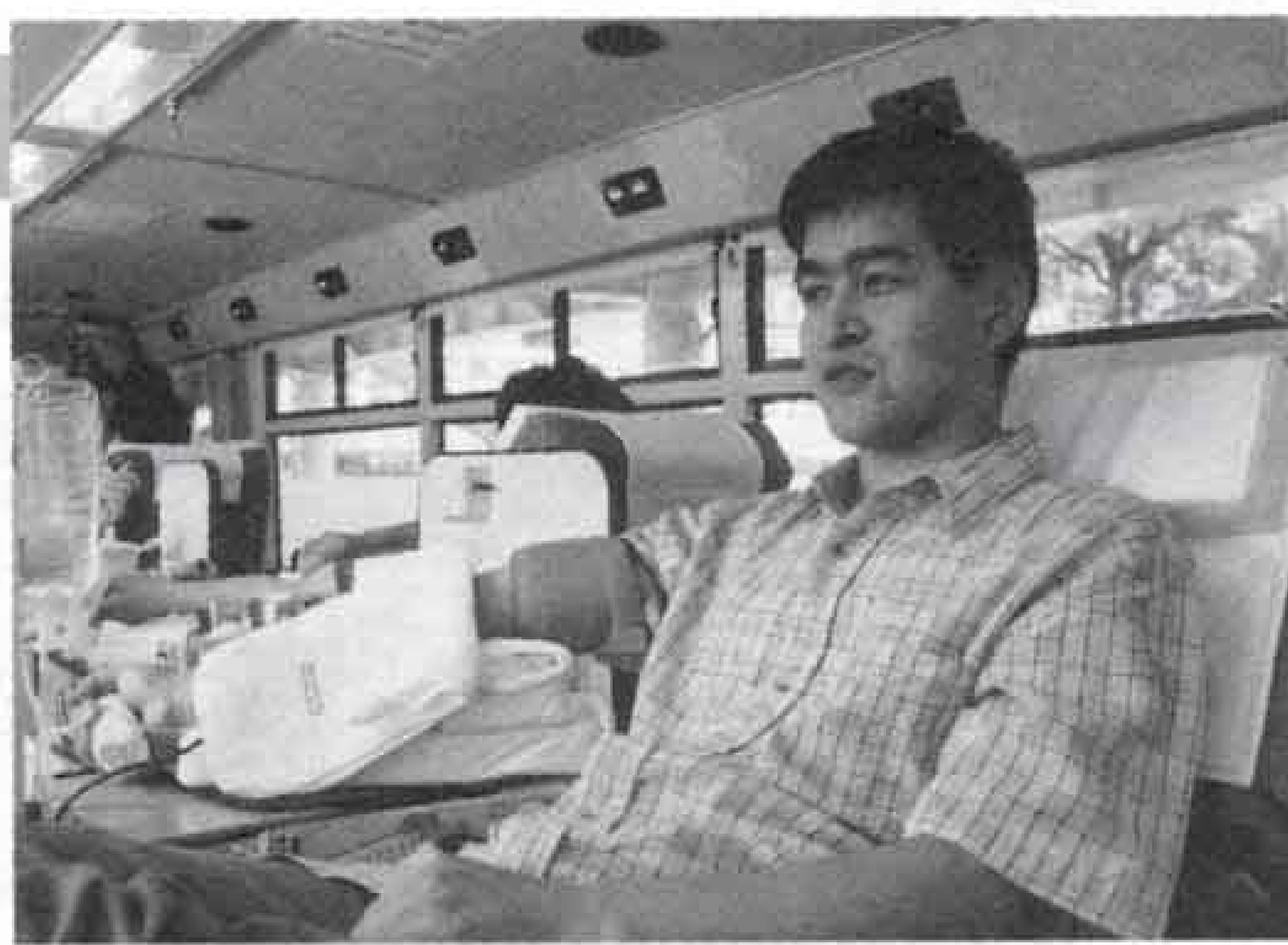
# 困っている人の助けになるように



島口 学さん  
(森島)

献血は十六歳から続けています。きっかけは友人が交通事故に遭ったときに、血液は常に不足していると聞いてびっくりしたから。それに自分は人数の少ないAB型なので、もし自分が血液の必要な立場になったらと思って始めました。やっぱり最初は針が太くて痛いのではという心配はありました。でも、実際は思っていたほどではありませんでした。

ふだん自分や親しい人が健康に生活していると、血液が不足して困っている患者さんやけが人がいるということをおぼろげに思い出しますが、常にそのために苦しんでいる人たちがいます。



そのような人たちのことを考えると、自分にできることはやらなくてはいけないという気持ちになります。仕事をしているのだから自由な時間がとれません。献血なら自分の都合に合わせてできますし、時間もほかのボランティアに比べるとかからないので、続けられるのだと思います。

まだ4回しか行ったことがあります。献血は友達と行くとあまり緊張しないので、行くときはいつも一緒に行くようにしています。

(渡辺美智子さん・石坂)

20歳の記念にと、友人たちと一緒に献血したのが始まりでした。献血をすると自分の体調がわかるのでとても重宝しています。

(田島芙貴子さん・川成島)

最初は粗品がもらえると聞いて献血をしました(笑)。今では自分にとって何でもないことで、人の役に立てばと思って献血をしています。

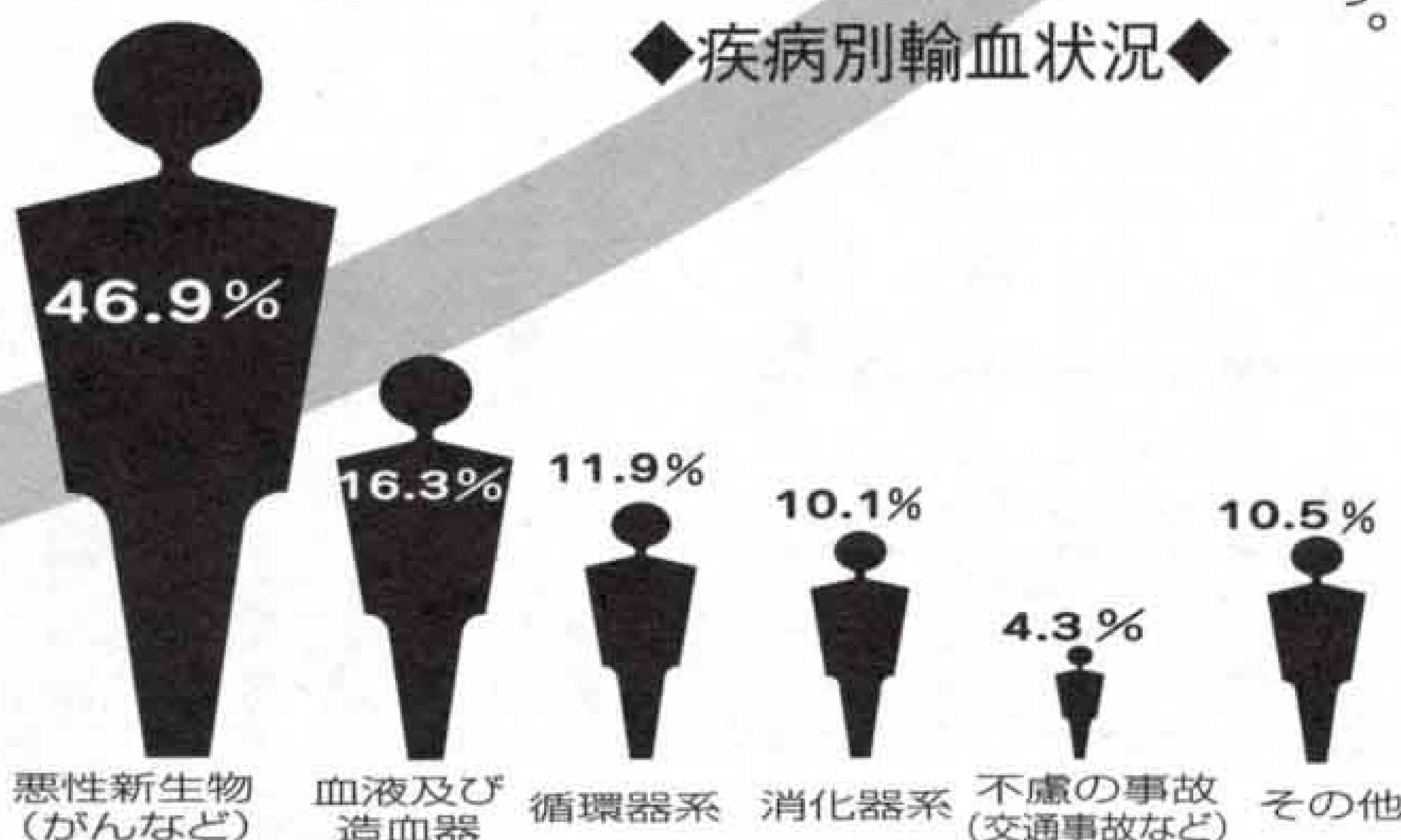
(鈴木利明さん・大淵)

## 血液が不足することがないようにご協力ください



沼津赤十字血液センター  
採血課長  
鳥居勝江さん

皆さんが献血してくださった血液は、沼津赤十字血液センターへ集められ、使用目的ごとに分類されます。全血献血の一部は輸血用に、血漿や血小板などの成分は血液製剤用などに製品化されます。その後、検査に合格した血液や血液加工製品は静岡県東部地区の病院などに供給され、多くの人の命を救っています。



あなたを助けたいから

# まずは献血に興味を持ってくれたら



吉原高校JIRC部の皆さん

JIRCとはジュニア・レッド・クロスの略で、私たちは部活動として赤十字の精神にのっとりボランティア活動を行っています。その中の活動の一環として月に一回富士駅北口で行われる街頭献血の受付と呼びかけをしています。そのほかにも、福祉まつりに参加して、献血への協力をお願いしています。

献血の呼びかけやチラシなどを配っていると、あからさまに無視する人もいて、献血に無関心な人がたくさんいるんだなと寂しくなることもあります。でも逆に、「どこに献血バスがとまっているのですか」とか「献血をしてみようかな」、「私も献血できますか」といった反応や質問が返ってくる、とてもうれしいですし、励みにもなります。部員の中には、活動がきっかけで献血を始めた人もいます。

私たちの活動が、少しでも献血に興味を持つきっかけになってくれたらと思います。



福祉まつりで献血をアピール

女性ネットワーク富士の活動の一環として献血の受付ボランティアをしています。来てくださった人が気分よく献血ができるように、笑顔で対応するようにしています。

(影島明子さん・中央町)

亡き主人が手術で大量の血液を提供してもらったことがありました。そんなことから、お礼の気持ちも込めて献血を続けています。

(佐藤弘子さん・伝法)

4年前に病気で手術しました。輸血同意書にサインしたときに、大勢の人に助けてもらうなんて、ありがたいことだなと思いました。

(M.Mさん・中里)

N.Mさん  
(広見・男性)

## 感謝の気持ちはずっと

生後十か月のときにぜん息性の病気にかかり生死のふちをさまよい、輸血を受けたことがありません。あまりに小さいころのことなので覚えていないのですが、家族の話では輸血を受けると青白かった顔に赤みが差ってきて安心したと言います。

今ではすっかり健康になりましたが、名前も顔も知らない人に助けてもらったという事実は、私が生きていく間ずっと続いていくのではないのでしょうか。今後生きていくよかったですと思える瞬間があったときには、家族や友達に加え、私に血液を分けてくれた人のことを思い出し、感謝することができます。このように考えると、献血は輸血を受けたそのときだけではなく、長期間にわたって思いやりが続いていくものなのだと感じますね。

私は献血をすることはできなくなってしまいましたが、このお礼は形を変えた何かで返せたらと考えています。

献血は思っているほど難しいことではありません。あなたの健康をちょっとだけ分けてあげるつもりで、気軽に献血の輪に参加してみませんか。

### ◆問い合わせ

社会福祉課 内線二三二二  
沼津赤十字血液センター

☎〇五五九―二四―六六一

輸血にいらまわんか