

将来の献血を支える
若い世代のみなさんの
協力を必要としています

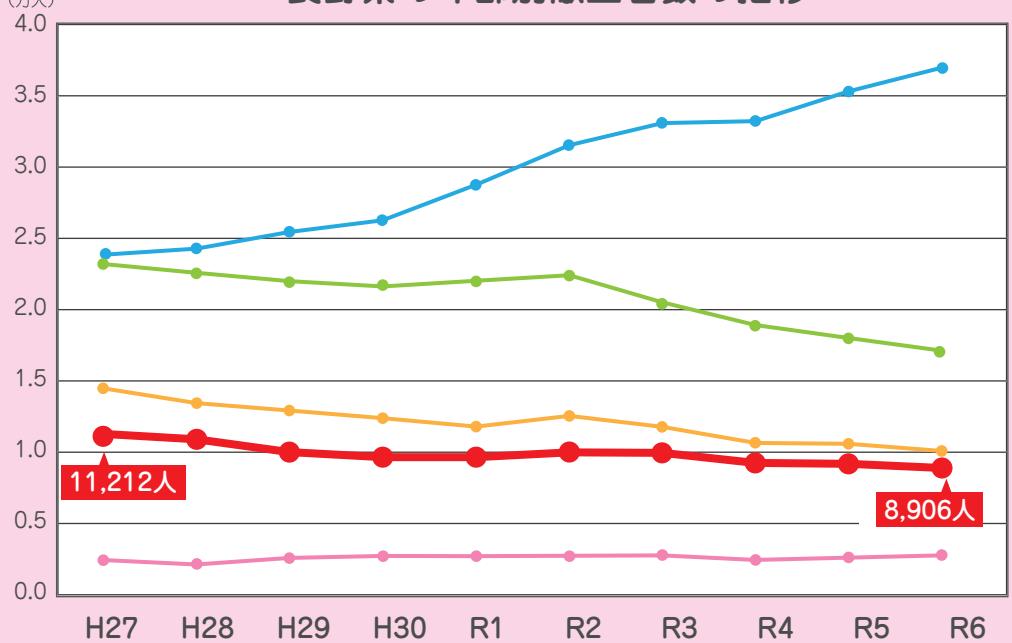
20歳という人生の節目に、
あなたの生きる力を
誰かの生きる力に変える献血のこと、
一緒に考えてみませんか。

誰かの 明日を考える。 はたちの献血

令和7年「はたちの献血」キャンペーンキャッチフレーズ



長野県の年齢別献血者数の推移



50代以上
(50~69歳)

40代

30代

20代

10代
(16~19歳)



献血された血液の使い道

安全な輸血ができるように、厳しい検査が行われ、血液製剤となって患者さんの元に届けられます。
血液製剤は、主に次の3種類があります。

赤血球製剤

貧血などに
使われます。



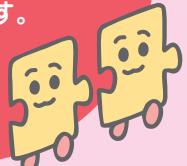
血漿分画製剤 (アルブミンなど)

やけど、重症感染症
などに使われます。



血液成分製剤 (血漿・血小板)

外傷、外科手術に
使われます。





献血にはどんな種類があるの？



献血には 200mL 献血、400mL 献血、成分献血の 3 種類があります。200mL 献血と 400mL 献血は血液中のすべての成分を採血する方法です。成分献血は、必要な血液の成分だけを採血する方法です。



献血をしても体は大丈夫？



医学的には、体内の血液の 12% が失わっても問題ないと言われています。（体重が 60Kg の方は約 550mL の血液）また、必ず医師が問診を行い、献血をしても健康上問題がないかを総合的に判断していますので、安心して献血いただけます。

献血に伴う
副作用

- 気分不良、吐き気、めまい、失神など **0.7%** (約 140 人に 1 人)
- 失神に伴う転倒 **0.008%** (12,500 人に 1 人)
- 針を刺すことによる
 - ・皮下出血 **0.2%** (500 人に 1 人)
 - ・神経損傷 (痛み、しびれ、筋力低下など) **0.01%** (10,000 人に 1 人)

献血に伴う副作用のリスク
はゼロではないけど、頻度は
低いんだっち。
献血の後は十分に水分補給
して休憩しようっち。



献血によってどれくらいの人が救われているの？



全国で 1 日約 3,000 人、1 年間でのべ約 120 万人のいのちが輸血によって救われています。
多くの大切な“いのち”を支えるためには、毎日約 14,000 人の献血が必要です。



どこで献血できるの？



県内 2ヶ所（長野・松本）の献血ルームで献血ができます。
また、県内各地を運行している献血バスでも献血ができます。



献血ルームのご紹介

https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/nagano/place/m1_01_00_index.html

長野献血ルーム

026-219-2480

成分献血

平 日 9:00～12:30/14:00～16:30

土日祝 9:00～16:30

400mL・200mL

平 日 9:00～13:00/14:00～17:00

土日祝 9:00～17:00

定休日

12/31、1/1

松本献血ルーム

0263-37-1600

成分献血

平 日 9:00～12:30/14:00～16:30

土日祝 9:00～16:30

400mL・200mL

平 日 9:00～13:00/14:00～17:00

土日祝 9:00～17:00

定休日

12/31、1/1、その他臨時休業あり



献血バスについて //

献血バスの運行予定表については、長野県赤十字血液センターのホームページを参照してください。

https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/nagano/place/m1_02_01_index.html



長野県健康福祉部薬事管理課

TEL 026-235-7157 MAIL yakuji@pref.nagano.lg.jp

<https://www.pref.nagano.lg.jp/yakuji/kenko/iryo/iyakuhin/kenketsu.html>

