

## どこで献血出来るの？

仙台市内2か所にある献血ルームと県内各地を巡回する献血バスで献血することができます。

献血バスの運行スケジュールは  
宮城県赤十字血液センター  
ホームページをご確認ください。



## 献血ルームはこちら！



## 献血ルームアエル20

宮城県仙台市青葉区中央1丁目3-1  
AER20F



成分献血 9:30~16:30

400・200mL 9:30~17:00

## 社の都献血ルームAOBA

宮城県仙台市青葉区一番町4丁目9-18  
TICビル6F



成分献血 9:30~16:30

400・200mL 9:30~17:00

※令和6年10月1日現在の情報です。  
最新の情報は宮城県赤十字血液  
センターホームページをご確認  
ください。

## 献血に関するお問い合わせは

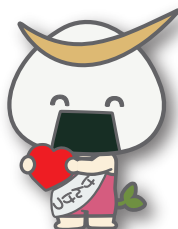


### ●宮城県赤十字血液センター

電話 022-290-2516

### ●宮城県保健福祉部薬務課

電話 022-211-2654



©宮城県・旭プロダクション

上記のほか、各保健所、各市町村、各献血ルームまでおたずねください。

～身近なボランティア～

# はじめよう！献血 つづけよう！献血



©宮城県・旭プロダクション

## 献血Web会員サービス「ラブラッド」が便利です♪

### Webサイト・アプリから

初めて献血する方でも、献血の予約と問診への事前回答をスマホで簡単に行うことができます！

### 会員登録\*すると…

献血記録の確認・予約ができます。  
また、血液の検査結果の確認や、献血でためたポイントをオリジナルグッズと交換することができます。  
他にも会員特典が色々！

Webサイトは  
こちらから！



※献血が初めての方は、ラブラッドアプリからプレ会員の登録が可能です。

宮 城 県



## どうして献血が必要なの？

血液は人工的に造ることができず、長期保存もできません。血液を必要とする患者さんを救うため、皆さんの善意による、継続的な献血が必要です！

## 献血ってどんな種類があるのかな？

**全血献血**  
血液の全ての成分を献血する方法です。

200mL 献血

400mL 献血と200mL献血は、血液中のすべての成分を献血していただく方法で、合わせて「全血献血」といいます。

400mL 献血

**成分献血**  
血液中の血小板や血漿だけを献血する方法です。

血漿成分献血

「成分献血」は、成分採血装置を使用して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を再び体内に戻す方法です。

血小板成分献血



©宮城県・旭プロダクション

## 献血は誰でもできるの？

献血にご協力いただく皆様の健康と、輸血を受ける方の安全を守るために、様々な基準を設けています。

### ●献血の種類による基準の一部

		成分献血(献血ルームのみ)		全血献血	
		血漿献血	血小板献血	200mL献血	400mL献血
年齢	男性	18歳～69歳*	18歳～69歳*	16歳～69歳*	17歳～69歳*
	女性		18歳～54歳		18歳～69歳*
体重	男性	45kg以上		50kg以上	
	女性	40kg以上			

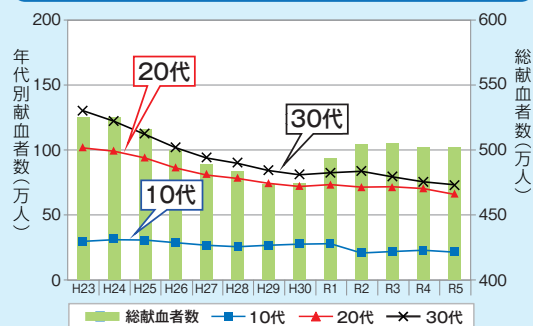
\*65歳以上の方の献血については、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限ります。

## 若い世代の皆さんへのお願い

10代、20代、30代の献血協力者が減っていることが、献血の大きな問題の一つとなっています。

みなさんには献血のことをもっと知っていただき、一人でも多くの方に献血に協力していただけるようお願いしています。

### 献血者数の推移(全国)



## 献血の手順

献血にかかる時間は、全血献血で40分程度、成分献血は60分～90分程度です。



1 受付・質問への回答



2 問診・事前検査



3 採血



4 休憩



5 献血終了

写真出典：厚生労働省作成  
「けんけつ HOP STEP JUMP」

## 献血のこと Q&A

### Q 献血しても健康上の心配はないの？

**A** 献血の際には、血液のヘモグロビン濃度測定のほか、問診や血圧測定などの検査を行い、総合的に健康状態を判断してから献血ができるかどうか決めていますので、健康上の問題はありません。

### Q 献血後、すぐにふだんの生活にもどれるの？

**A** 献血後の日常生活への影響はほとんどありません。献血当日の激しいスポーツや重い荷物を持つ等を避ける以外は、ふだんの生活をしていただけます。献血いただく血液の量は血管の中を流れている血液量(循環血液)の15%以下で、血小板成分献血の場合は、体内の約10～20%の血小板を採取しますが、1週間程度で元に戻ります。血漿(けっしょう)成分献血の場合も1週間程度で元に戻ります。通常200mL献血の場合、赤血球は約2～3週間、400mL献血の場合は約3～4週間で回復するといわれています。

### Q 献血後に具合が悪くなったら？

**A** 緊張感の強い場合やその日の体調によっては、採血に伴い気分が悪くなったりめまいがすることがあります。そのような場合はすぐにしゃがむか、横になってください。通常は頭を低くして30分程度安静にするだけで具合が良くなります。また、採血後の腕の痛みなど何か心配なときは、宮城県赤十字血液センター採血課(TEL022-290-2522)に連絡してください。



### Q ピアスをしていても献血できますか？

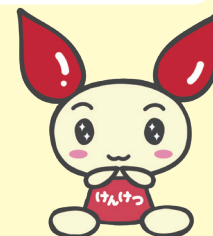
**A** ピアスの穴をあけた場所からウイルスなどの感染が考えられるため、医療機関あるいは使い捨ての器具であけた場合は、最低1か月間、その他の場合(友人同士などで安全ピンや針を共用して穴をあけた方など)は、6か月間献血をご遠慮いただいています。

### POINT!

仙台市内2か所にある献血ルームでは、献血後に十分な休憩と水分補給をするため、ジュースやお茶を提供しています。漫画や雑誌もありますので、ゆっくり休憩してください。

### POINT!

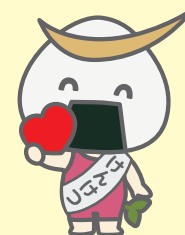
献血カードを受け取り、献血は終了です。裏面には次回献血可能日などが印字されています。献血Web会員サービス「ラブラッド」のアプリ版献血カードもあります！



献血キャラクター

けんけつちゃん

※けんけつちゃんは厚生労働省が作成した献血キャラクターです。



©宮城県・旭プロダクション