

ぐんまの赤十字

2025
vol. 28

特集

けんけつ つなぐ MAP



特集

けんけつ つなぐ MAP

各施設から

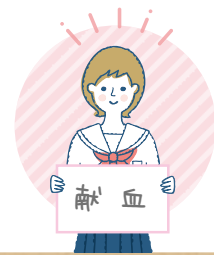
輸血経験者 インタビュー／次世代を担う若者たちの献血アクション／
血液センター 職員インタビュー／安全な輸血のための取り組み

貧血予防レシピ vol.4

あさりの炊き込みご飯

Information

群馬クレインサンダーズは献血を応援しています！
公式Instagram 始めました！



けんけつ つなぐ

MAP

あなたの献血が、多くの人の命を支えています。

献血は、一人ひとりの善意によって成り立っています。そして、その血液が必要とする方のもとに届くまでには、多くの人々や施設、団体の連携が欠かせません。

この特集では、献血を支える方々の想いと尽力、そして命を救うために日々活動している現場の姿をお伝えします。

群馬県

年間採血計画を策定します。それに基づき、血液センターが献血の計画を立案します。

市町村

献血推進。市役所等で献血を実施します。

血液センターの献血推進課

協力企業・団体との事前打ち合わせや、メール・ハガキで献血のお知らせを行います。献血実施の窓口です。

献血バス

毎日、県内の様々な場所で献血を実施しています。

高校

令和5年度は、県内44校で校内献血を実施しました。実施率は56.1%と全国の実施率約20%と比較して高い実施率です。

大学・専門学校

令和5年度は、県内28校で校内献血を実施しました。

協力企業・団体

令和5年度は、県内719団体から献血の協力をいただきました。

献血ルーム

県内3施設あります。全血献血・成分献血ができます。詳しくはコチラから⇒

健診医

問診回答を基に、献血者保護、受血者保護の両側面から、その日献血できるか最終的な判断を行います。また、採血副作用が発生した場合の初期対応を行います。

骨髄バンク

骨髄ドナー登録は献血ルームでも受け付けています。詳しくは日本骨髄バンクのホームページへ。

群馬県学生献血推進連盟

献血広報のボランティアです。県内の大学生・専門学校生で構成されます。学生主体のキャンペーンも実施します。

JRC・青年赤十字奉仕団

赤十字のボランティアです。献血の広報も行っています。

献血推進団体

- 群馬クレインサンダーズ
- ライオンズクラブ など

献血

献血PR・推進・献血

献血者

16～69歳の健康な方が対象です。全国で年間約500万人の方にご協力いただいています。(令和5年度)※詳しい献血基準はコチラから⇒

製造・管理

詳細は中面で

製造・検査～供給

検査通知サービス

献血後の検査結果はwebで確認することができます。献血web会員サービス「ラブラッド」はコチラから⇒



緊急輸血

輸血前検査を行う時間がない緊急時は、救命を優先し異型適合輸血を行うこともあります。

各診療科での輸血

様々な病態の患者さんに必要な成分の輸血を行います。白血病などの血液疾患やがんの治療では、複数回の輸血が必要にあることもあります。また、血液疾患の患者さんは骨髄移植を行うこともあります。

医師

輸血実施の判断を行います。輸血同意書の取得・リスク等の説明を行います。輸血効果の確認を行います。

看護師

輸血を実施します。輸血中、輸血後の副作用の観察を行います。

臨床検査技師

医師の指示のもと、発注を行います。専用の保冷库・振とう機等を使用し、保管管理を行います。

輸血前検査として、患者さんの

- ABO血液型検査・RhD血液型検査
- 不規則抗体検査

を実施します。最後に、

- 交差適合試験

を実施し、血液製剤が患者さんに適合するかを確認します。

血液センターの学術係

医療機関からの問い合わせ対応や副作用報告の窓口です。医療機関の看護師など向けに、輸血勉強会を実施します。

血液センターの供給係

24時間体制で、保管管理、受注、配送を行います。県内約140の医療機関から発注があります。要請により緊急配送も行います。

ドナー要請

Rhマイナスなどのまれな血液や患者指定の血小板確保にむけて、条件のあう献血者へ依頼します。



献血で広がる笑顔と幸せの輪



私が手術で輸血を受けたのは約11年前の62歳の時です。元々持病はなかったのですが、ある日気持ちが悪くなったので、横になっていました。間もなく次第に意識が遠のき、救急車で病院に搬送されました。上行大動脈解離によって大動脈が破裂、その日のうちに緊急手術をすることになりました。9時間にも及ぶ手術では20,000mLもの輸血を受けました。奇跡的に命が助かり、今こうして生きています。

手術を受ける前から献血をしていましたが、輸血を受けた後は、より一層献血の重要性を感じるようになりました。私は元高校の教師でしたので、JRC部(※)の学生に対して自分の経験を話すことを始めました。今は、赤十字のボランティアとして経験談を話しています。助けてもらった命ですから、これからも講話は継続していきたいです。私が話をすることによって、献血者が1人でも増えてくれれば嬉しいです。

あの時、運よく手術ができる医師がいて、設備があって、何より血液があったから今の私がいます。もし助からなかったら、娘の結婚式でバージンロードを歩くこともなかったですし、可愛い孫にも出会うことができませんでした。

献血は人の幸せにつながるボランティアです。初めは怖いかもしれませんが、献血をしたことがない人は一歩前に出る勇気を出してほしいと思います。**献血は一番身近で、人のためになる素晴らしいボランティアだと伝えたいです。**自分の血液が人の命につながるのですから。

次世代を担う若者たちの献血アクション

群馬県赤十字血液センターでは将来子供たちが積極的に献血しようという気持ちになってほしいとの想いから、若年層への献血推進や啓発を積極的に行っています。

キッズ献血

疑似体験を通して子どもたちに献血の大切さを伝えています。献血(200mL)は16歳から行うことができます。



太田市立太田高等学校のJRC部のみなさんにイオンモール太田での「キッズ献血」に協力いただいた時の様子

親子献血教室

子供たちに献血を身近に感じてもらうと共に献血の必要性を理解してもらうことを目的に、小学生に対する献血教室を開催しています。



献血バス車内見学の様子



製造所見学の様子



血液運搬車見学の様子

※青少年赤十字(JRC)とは

赤十字が行っている事業の1つです。地域社会や世界のために奉仕し、世界の人びととの友好親善の精神を持った児童・生徒を育成することを目的としています。

態度目標として「気づき・考え・実行する」を掲げており、各学校の先生が指導者となって、青少年の育成に取り組んでいます。



想いを受け取る、最初の窓口

高崎駅献血ルーム Harmony
中島 早織



私は高崎駅の献血ルームで、献血の窓口の業務をしています。駅の中なので、学校帰りの学生さんや、出張などで高崎に訪れた会社員の方など、様々な方に来所いただいています。

先日、初めての献血でご来所いただいた10代の女性に、少し緊張気味な様子を感じ、疑問や不安点を聞き、ゆっくりと丁寧な説明を心掛けました。採血は看護師の的確な言葉がけもありスムーズに終了することができました。休憩の際も、気分は悪くなっていないかななど積極的な言葉がけと見守りを行いました。幸い何事もなくお帰りいただく際、ご挨拶すると、「**献血、すごくあつという間で、なんだか楽しかったです！また絶対に来ますね！**」と、言っ

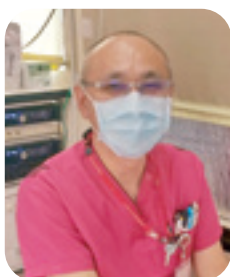
ていただきました。その女性の誇らしげな表情に、私の心も温かくなったのと同時に、責任感とやりがいを感じ背筋が伸びる思いでした。

善意で頂いた血液を必要としている方の尊い生命を救うため、安定的に血液を確保し、安全性、品質向上に日々励んでいます。また、**一人でも多くの方に献血に関心を持っていただき、「私も行ってみようかな」、「久しぶりに行こうかな」というきっかけになるよう、呼び込みやSNSなどでお伝え出来たら**なと思っています。



『できる喜び』を分かち合える瞬間

採血課 狩野 好彦



私は採血課で2人目の『男性職員』として、献血バスに乗務している臨床検査技師です。献血バスは、平日は企業や公共施設へ、週末は商業施設にお邪魔して、たくさんの方に献血頂いております。

献血前には、『ヘモグロビン量検査』を行い、献血していただけるか

を確認しています。

「以前検査で献血できないと言われた」と言われる方が時折いらっしゃいます。余程ショックを受けたので記憶に残っているのでしょうか。「今回は大丈夫ですか?」「食事に気を付けていました。リベンジです。」などと言っていたく

機会もあり、**無償の献血なのにここまで気を遣っていただいているのだなと感心いたします。今日は献血できるとわかった時の嬉しそうな顔に接すると、こちら思わず笑顔になってしまいます。**

患者さんのため、皆さんに支えられての血液事業です。これからもよろしくお願ひします。



『いただいた想い』を、患者さんへ届ける

学術情報・供給課 紺野 靖人



私が担当しているのは、医療機関から発注を受け、血液製剤をお届けする、いわば血液事業の「出口」の部分です。輸血は計画的に行うものもあれば、急に必要になることもあります。そのため、**24時間365日、医療機関からの発注に応えられる体制をとっています。**

また、Rh マイナスなどまれな血液の発注では、県外の需給管理部門へ依頼し、他県とも調整をしながら製品の確保を行っています。

やりがいを感じるのは、「急ぎで血液を届けて欲しい」と連絡が入った時。緊急度はどれくらいなのかを聞き取

り、要請があれば緊急走行で向かうなど、最善の方法でお届けできるよう努めています。私たちは直接患者さんにお会いすることはありませんが、医療機関の方に「早く届けてくれてありがとう！助かったよ！」と言われると、とても励みになります。

私は以前、献血ルームでも勤務しておりました。**患者さんの元へ血液をお届けできるのも、献血をしてくださるみなさまがいるからです。**

みなさまへの感謝を胸に、血液を大切に取り扱い、患者さんに確実にお届けできるよう日々励んでいます。





安全な輸血のための取り組み ①

製造所ではこんなことが行われています！

白血球除去

遠心分離

放射線照射

ラベリング・包装・保管

副作用予防

副作用予防

発熱などの輸血副作用を低減する目的で、白血球除去フィルターを用いた白血球除去を行っています。

血液成分の「比重」を利用して赤血球と血しょうに分けます。

輸血後GVHDという重篤な輸血副作用を予防するため、X線を照射しリンパ球を不活化します。

ラベルを貼り、包装袋に入れます。血しょう製剤は破損防止のため外装箱に入れます。検査が終了するまで、それぞれ適正な温度で保管します。

6つの検査

血液型検査

ABO血液型やRh血液型を検査。

感染症検査

ウイルス等の病原体に感染していないか検査。

生化学検査

献血してくれた方の健康管理に役立つように、肝機能やコレステロール値などを検査。

血球計数検査

血液中の血球数、ヘモグロビン濃度、ヘマトクリット検査。

HLA関連検査

HLAという白血球の型を検査。

核酸増幅検査

ウイルスが存在していた場合に、ウイルス遺伝子を構成する核酸の一部を約1億倍に増幅して検出する方法。

保管用

輸血後の副作用発生時などの調査に使用する。11年間冷凍保管。

選及調査用

輸血後の副作用発生時などの調査に使用する。11年間冷凍保管。

検査に合格したら

各地域の血液センターへ分配され、医療機関に届けられる

主な輸血用血液製剤

赤血球製剤

- 保存温度：2～6℃
- 有効期間：採血後28日間

出血・貧血などに使用します

血しょう製剤

- 保存温度：-20℃以下
- 有効期間：採血後1年間

大量出血時などに使用します

※血しょう製剤は、成分献血からつくられます。

血小板製剤

- 保存温度：20～24℃
- 有効期間：採血後4日間
- 要振とう

止血や出血防止のために使用します

※血小板製剤は、成分献血からつくられます。

血しょうの一部は、原料として、国内の製薬メーカーへ

血しょう分画製剤

免疫グロブリン製剤

アルブミン製剤

血液凝固第VIII因子製剤

安全な輸血のための取り組み ②



検査室で行われる3つの輸血前検査

原町赤十字病院

病院の検査室では血液製剤の発注、保管、払い出しを行っています。

患者さんが安全に輸血療法を受けられるように、専門的な知識と技術を持った臨床検査技師が輸血前検査を行います。

ABO血液型検査・RhD血液型検査

まずは患者さんのABO血液型を調べます。採血した血液を血球と血しょうの2つの成分に分けます。血球成分を使うオモテ検査と血しょう成分を使うウラ検査を行って、両方の検査結果が一致した場合にABO型が確定します。RhD血液型とは赤血球膜上のD抗原の有無で決まります。D抗原がある場合はRhプラス、無い場合はRhマイナスになります。日本人の大半はRhプラスでRhマイナスの人は約0.5%といわれています。

不規則抗体検査

不規則抗体の有無を検査します。不規則抗体とはABOやRhD以外の血液型抗原に対する抗体のことです。生まれつき持っていたり、過去の輸血や妊娠でこの抗体ができてしまう場合があります。患者さんの血液型が確定したら血液製剤を血液センターに発注します。血液製剤の発注は専用のサイトから行います。

交差適合試験

交差適合試験は患者さんと輸血製剤が適合しているのかを確認する重要な検査です。患者さんの血液と血液センターから届いた血液製剤を試験管の中で混ぜて異常な反応が起きないか確認します。

検査に使用する試薬



安全な輸血を行うために

前橋赤十字病院 学会認定臨床輸血看護師 中西 文江

血液のはたらき

血液は大きく分けると赤血球・血小板・血しょう・白血球からできています。

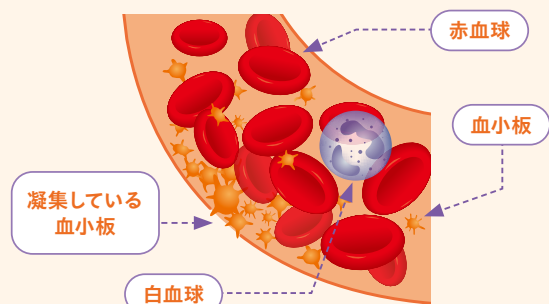
それぞれどんな働きをしているのでしょうか。

赤血球 は呼吸することで肺に取り込まれた酸素を全身の細胞に運ぶ役割を担っています

血小板 は出血時に血管の傷を塞ぐ役割を担っています

血しょう にはいろいろな凝固因子が含まれ、血小板と協力して出血を止める役割（止血）を担っています

白血球 は体内に侵入したウイルス、真菌（カビ）などの異物やがんから身体を守る役割を担っています



※出血している血管内のイメージ

どんな時に輸血が必要になるの？

いろいろな理由で輸血をすることがあります。代表的な理由についていくつか紹介します。

① 血液の成分を作ることができないとき

② 大量に出血したとき

③ 血液の成分が大量に消費されるとき

④ 血液の成分が壊されるとき

⑤ 血液の成分が十分にはたらかないとき

⑥ 薬の効果を緊急に中和する必要があるとき

⑦ 体内の有害物質を除去するとき

輸血しないとどうなるの？

赤血球が足りないと細胞が酸素不足になり、息切れや動悸、

怠さなどの貧血症状が起こります。

また、血小板や凝固因子が足りないときや、うまく働かないときには、出血しやすくなったり、血が止まらなくなったりします。これらの症状を改善するために輸血をします。

輸血をしない場合は症状が進行し、最悪の場合は生命に危険を及ぼすことがあります。

どうやって輸血するの？

輸血が必要と判断したら次のような流れで輸血をします。

① 輸血についての説明をして同意を得る

輸血を受ける患者さんや家族に必要性和リスクについて原則事前に説明をします。緊急時は救命を優先します。

② 輸血前の検査を行う

輸血前に患者さんの血液と血液製剤の適合性を確認する検査をします。

③ 輸血の実施

- 血液製剤に異物が混入していないか、色調に異常はないか確認します。
- 輸血用血液製剤が使用する患者さんに適合しているか確認します。
- 輸血ができるように患者さんに留置針を挿入します。
- 血圧・脈拍・体温・酸素飽和度の確認をします。
- 患者さんと2名の医療従事者で、患者さんと輸血用血液製剤の間違いないか照合します。

以上のことを確認できたら、2名の医療従事者で輸血を開始します。

④ 輸血の副作用

輸血を受けることで蕁麻疹や発熱、呼吸困難や血圧の変動などの副作用や感染症が起こることがあります。

そのため輸血中は定期的に副作用の確認をします。

主な副作用症状

蕁麻疹・発熱・かゆみ・頭痛・動悸・呼吸困難・血圧低下・血圧上昇・尿が赤くなる・吐き気など

当院は安全で適正な輸血療法が行える、輸血 I&A 認証を受けている施設です。



あさりの炊き込みご飯



〔栄養価〕(1人分)

エネルギー	318kcal
タンパク	9.9g
炭水化物	60g
脂質	2.4g
塩分	1.9g
鉄分	8.4mg

〔材料〕(1人分)

米	2合
水	米2合分
あさり(水煮缶詰)	100g
油揚げ	1枚
生姜チューブ	小さじ1
にんじん	1/2本
三つ葉	適量
顆粒だし	小さじ1
醤油	大さじ2
酒	大さじ1

〔作り方〕

- 1 油揚げとにんじんを短冊切りにする。
あさは水気を切る。
- 2 顆粒だし、醤油、酒、生姜を、研いだ米に
混ぜ、2合分の水を入れる。
- 3 米の上に、油揚げ、にんじん、あさをの
せる。
- 4 通常の炊飯で炊く。
- 5 お好みで三つ葉を飾って完成。



おすすめポイント

point

あさは鉄分が豊富な食材で
す。あさりの水煮缶詰を使うこと
で下処理の手間をカット。
手軽に鉄分補給出来ます。

Information

群馬クレインサンダーズは 献血を応援しています！



読者の皆さんの声 募集中

よりよい広報誌にするために、ご意見をぜひお聞かせください！

- 本広報誌へのご意見・ご感想
- 群馬の赤十字のこんなことが知りたい！ などなど

応募期間

2025年5月31日(土)まで

抽選で10名様に献血運搬車ミニカーをプレゼント!!

※当選のご連絡は発送をもって代えさせていただきます。

ご応募と
ぐんまの赤十字
バックナンバーは
こちらから



ぐんまの赤十字

発行 日本赤十字社群馬県支部、前橋赤十字病院、原町赤十字病院、群馬県赤十字血液センター

問い合わせ先 (住所) 〒371-0833 前橋市光が丘町32-10 (TEL) 027-254-3636

URL <https://www.jrc.or.jp/chapter/gunma/>