



埼玉県立常盤高等学校 × 埼玉県赤十字血液センター



#彩の国けんけつNEWS!! ~21号 2026年冬~

こんにちは!!埼玉県立常盤高等学校 看護科 JRC (青少年赤十字) 部です!
常盤高校は、5年間で看護師を育成する専門高校です♪
未来の看護師である私たちから、埼玉県民の皆さんへ献血情報をお送りします!!



今回のテーマは…

献血を推進するための活動を知ろう!!

浦和レッズでのインタビュー

そこで!!

献血者数をもっと増やしたい!という同じ気持ちを持つJRC部の私たちが、浦和レッズの「長沼洋一選手」にインタビューを行いました!



ながぬま よういち
長沼洋一選手 MF88



【MF (ミッドフィルダー)】

主に自陣と敵陣の中間の位置でプレーし、
攻撃と守備の両方をこなすポジション

引用: J.LEAGUE.jp

1997年4月14日生まれ。山梨県出身。

2024年8月 浦和レッズに完全移籍加入。MFの中でも後方で守備的役割を担っている。

2024年11月に商業施設 (イオンモール与野) で行われた献血啓発イベントに出演。

献血の重要性を理解するための献血クイズやトークショーが行われ、イベントは軽快なトークで盛り上がり、大盛況のうちに幕を閉じた。

Q. 献血のイベントに参加していかがでしたか?

A. 浦和レッズに移籍して、初めて商業施設で行われたイベントへの参加でしたが、緊張せずに良い意味で気楽に参加しました。
会場はたくさんの人で、サポーターの熱さを感じました。
今回のイベントをきっかけに献血してくれた方がいると聞いて、参加できてすごくよかったなと思うし、また参加できたらいいなと思います。



今回のイベントは、ピンチヒッターとして参加されたそうですが、緊張しないなんてすごいです!

そんな長沼選手でも、2025年のクラブワールドカップの出場は緊張したそうです。

Q. 献血に対することやイメージで変化したことはありますか?

A. 血液は、短いと数日間しか保存できないことに驚きました。
400mLの採血も、(そんな量を採って)からだは大丈夫!?と心配になるけれど大丈夫だし、なによりも人の役に立つんですね。
献血することで血液検査の結果が分かることを知って、健康管理のために良いなと思いました。

Q. イベントに参加して、献血のこれからに期待したいことは?

A. 継続的に献血に協力してくれる人が増えると嬉しいです!

血液は人工的につくることも長期の保存もできません。

例えば赤血球の有効期限は採血後28日間、血小板は採血後6日間です。

献血者の健康を守り、また輸血を受けられる方の安全性を高めるために、さまざまな基準を設けています。詳しくは埼玉県赤十字血液センターのHPでご案内しています。



<https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/saitama/>

長沼選手から読者のみなさんへのメッセージです



献血に行きましょう！
献血のおかげで
助かる命がありますから！



今回のイベントに参加されて、献血にとっても興味をもっていただきました。知識が増えていくと、面白くなりますよね！
長沼選手も私たちも、多くの人が献血に協力してくれることを願っています！

長沼選手
インタビューへのご協力
ありがとうございました♪



常盤献血ルームへようこそ

今年のJRC部目標は「高校生の献血者数を増やす！」です。
献血は怖い・不安などといったネガティブなイメージがあり、なかなか献血への第一歩を踏み出せずにいる人が多いです。そのため、

献血へのイメージをポジティブにしてほしい！

最初の一步を後押ししたい！という気持ちから

今年の文化祭では教室に献血ルームを再現し、
献血の雰囲気を感じ体験できる展示を行いました。

問診表です！



採血ブースです！

・針は刺さない献血体験

①血圧・脈拍測定

→手作りの血圧計で、献血ができる身体状態を確認！



②ヘモグロビン濃度測定(模擬)

→実際は針のところに手作りのパルスオキシメーターで測定！



③採血(模擬)

→実際の針(18G 1.2mm)を見て、不安を取り除く！



④休憩

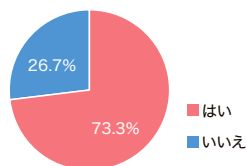
→実際と同様にしっかり休憩をする！



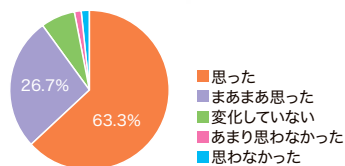
・アンケートの回答

来場者へ献血に関するアンケートにご回答いただきました！

献血に対するイメージは
変わりましたか？



模擬献血を通して献血に
行ってみようと思いましたか？



気楽にやってみよう
と考えるようになったとの回答！

半数以上の来場者が献血に
行こうと思ったとの回答！

・体験した人の声や寄せられた感想(一部)

- ・模擬体験が楽しかったです！！思っていた以上にリラックスした環境下で、気軽にできそうと思いました。
- ・とってもわかりやすく、献血に行くきっかけになると思いました！いろんな人が協力してくれたらいいと思いました。
- ・患者さんへ輸血するだけではなく、血液が研究にも使われることが分かりました。より、献血の重要性が知れました。
- ・疑問を解決してくれて、イメージが変化しました！私も行ってみたいと思います！

《編集後記》

★ アンケートへのご協力、ありがとうございました！

最後までお読みいただきありがとうございます！
今回のけんけつNEWSはいかがでしたでしょうか？

献血の推進活動についてインタビューすることはなかなか無いことなので貴重な体験になりました！
長沼選手、浦和レッズの関係者の皆様ありがとうございました。

感想やリクエストをいただけると励みになります！埼玉県赤十字血液センター総務課企画係

st-kikaku@ktxs.bbc.jrc.or.jp

長沼選手へのインタビュー、文化祭を通じて様々な
学びを得ることができました！

献血を知っていく手助けになれば幸いです。