

Blood Information

献血月刊情報 2018年11月号

〔発行元〕岩手県赤十字血液センター献血推進課
〒020-0831 岩手県盛岡市三本柳6-1-6
TEL: 019-637-7201

CONTENTS

- ・クリスマス献血2018開催します！
- ・平成30年度ライオンズクラブ国際協会332-B地区献血推進研究会開催
- ・もりおか献血ルームメルシー
- ・健康ミニ知識「」

写真は、11月5日に行われた「平成30年度ライオンズクラブ国際協会332-B地区献血推進研究会」の様子です。

TOPICS

平成30年度ライオンズクラブ国際協会332-B地区献血推進研究会 開催

去る11月5日（月）、ホテルメトロポリタン盛岡ニューウイングにおいて「平成30年度ライオンズクラブ国際協会332-B地区献血推進研究会」が行われました。ライオンズクラブ国際協会（LC）とは、全世界にある社会奉仕団体で、332-B地区は岩手県の支部にあたり、日ごろから献血の呼びかけや協賛品のご提供をいただいております。

この会は今年で28回目になり、会員の方々の献血の普及啓発のための勉強会、献血活動の事例発表などを行っております。当日は、献血活動に積極的にご協力いただいた和賀LC様、江釣子LC様、田野畑LC様の3団体に岩手県赤十字血液センター所長感謝状が贈られました。今後とも変わらぬご協力をお願いいたします。

平成30年度
ライオンズクラブ国際協会332
献血推進研究会



TOPICS

「クリスマス献血2018」開催します！

今年も冬季における血液製剤の安定的な確保を目指し、400mL献血と成分献血の推進と若年層への普及啓発を兼ねて平成30年12月2日（日）～25日（火）までの間「クリスマス献血2018」を開催します。期間中、岩手県内の献血バスともりおか献血ルームメルシーにおいて、献血にご協力いただいた方に「フリースブランケット」または「オリジナルマフラータオル」のいずれか一つをプレゼントします。

オープニングセレモニーは、12月2日（日）10:10からイオンモール盛岡南1階センターコート横で高校生や大学生、ボランティア団体が参加して行われます。その後、献血マスコットキャラクターココロンちゃん（着ぐるみ）による広報活動、インスタントカメラによる記念撮影やバルーンアートなど、さまざまな企画があります。

12月は、1年間の中で血液の需要が最も多くなる月です。ぜひこの機会に、病気やケガで輸血を待つ患者さんのために献血のご協力をお願いいたします。



フリースブランケット



オリジナルマフラータオル



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move.

岩手県赤十字血液センター



もりおか献血ルームメルシーより

学生ボランティアが30周年キャンペーンをアシスト！

もりおか献血ルームメルシー
morioka blood donation room

もりおか献血ルームメルシーは、11月で開所30周年を迎え、30周年キャンペーンを行っています。そのキャンペーンを応援するため、岩手大学と盛岡大学の学生が献血の呼びかけにご協力くださいました。

学生は「寒さで献血者が減らないように」、「ここで献血をしていると知ってもらいたい」と献血への関心が広がるように、寒い中、道行く人に笑顔で呼びかけしてくれました。

もりおか献血ルームメルシーの30周年キャンペーンは **11月30日まで！**
皆様のあたたかいご協力！お待ちしております。



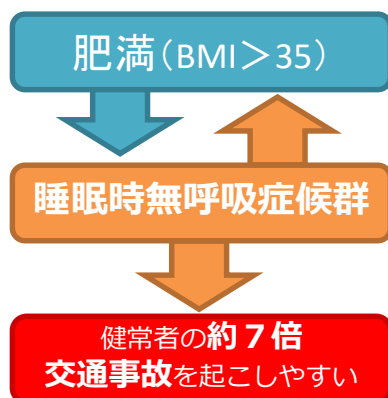
健康ミニ知識 vol.25

知ってますか 睡眠時無呼吸症候群

睡眠時無呼吸症候群（SAS：Sleep Apnea Syndrome）は眠り出すと呼吸が止まってしまう病気です。これは、肥満による首周りへの脂肪の沈着や顎が小さいこと等で気道を塞ぐことにより無呼吸を起こすと考えられ、SASの半数以上は肥満の方ともいわれています。

睡眠時、呼吸が止まると血液中の酸素濃度が低下するため、目が覚めて再び呼吸し始めますが、眠り出すとまた止まってしまう。これを一晩中繰り返すため、深い睡眠がまったくとれなくなり、日中に強い眠気が出現します。酸素濃度が下がるため、交感神経活動が優位となり高血圧となります。酸素濃度の低下により動脈硬化も進み、心筋梗塞や脳梗塞を起こしやすくなります。さらに睡眠不足によるストレスにより、血糖値やコレステロール値が高くなり、さまざまな生活習慣病やメタボリック・シンドロームがひきおこされます。また、日中の強い眠気が車の運転中に現れると重大な交通事故につながります。

私たちは日常生活の中で、適度な運動、バランスの取れた食生活をおくり、肥満を予防することにより、医療費の削減、交通事故の減少に貢献できます。献血で健康管理を！！



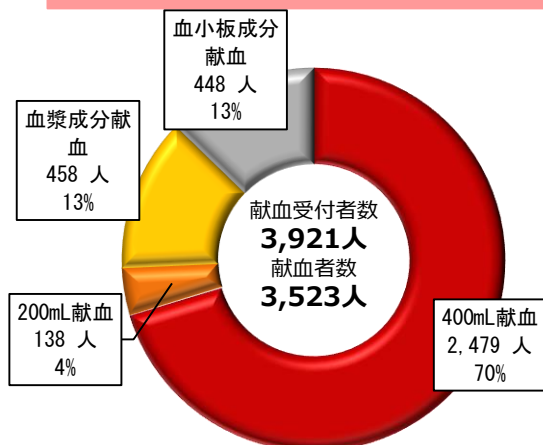
岩手県赤十字血液センターでは、献血の前日の睡眠は最低でも**4～5時間以上**をとることをお願いしています。

（厚生労働省 e-ヘルスネットより、加筆修正）

Data

岩手県の献血・供給状況（10月）

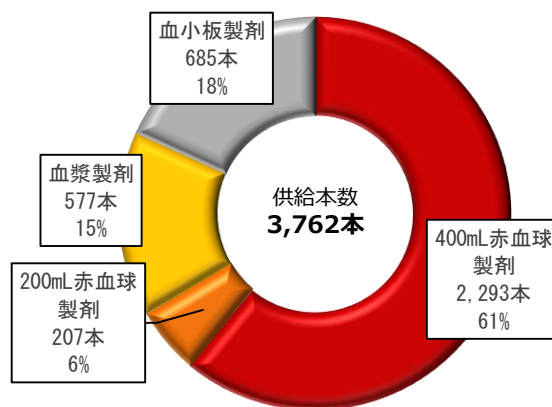
岩手県の献血状況



【献血状況】

全血献血は200mL換算で**5,096本**、400mL献血率（400mL献血者数／全血献血者数）は**94.7%**でした。

岩手県の供給状況



【供給状況】

血漿製剤は血漿成分献血からだけではなく、200mL献血や400mL献血からも造られています。

ホームページでも閲覧できます。H30年4月1日よりアドレスが変更になりました。
岩手県赤十字血液センターホームページ <https://www.bs.jrc.or.jp/th/iwate/>

Blood Information
ブラッド・インフォメーション
献血月刊情報