

# 献血



7月28日(金)

時間 15:35~16:30

場所 社会福祉法人パステル CSWおとめ

※ 緊急 ※

新型コロナウイルスの影響が未だ続いており  
全国的に400mLの血液が不足しております。

全ての血液型でご協力が必要です。

**12名以上**の方のご協力をお待ちしております。

※200mL献血は、医療機関からの要請数に達し次第終了となります。

新型コロナウイルスワクチン  
接種をされた方へ

・モデルナ・ファイザー社製 接種後48時間  
・アストラゼネカ社製 接種後 6週間  
経過していれば献血可能です!!

※過去陽性と診断された方も、治療後4週間  
経過していれば、献血可能となりました

当日服用していても献血可能な  
お薬はたくさんございます!!

一度受付までお越しいただくか、お電話でもお答えできますので、ぜひお問い合わせください!!お問い合わせの際には必ず「薬名のご申告」をお願いいたします。

お問合せ先 栃木県赤十字血液センター  
献血推進課 ☎028-659-0114

29歳で余命3カ月の宣告。あれから6年、生き抜いた。

# 僕の命を 支えてくれた 「温かな献血」

末期の急性リンパ性白血病と診断され、遺伝子の染色体異常も判明。治療しても回復の見通しが立たないと、医師からは「余命3カ月」の宣告。それから5年10カ月。蝦名聖也さんは数え切れないほどの赤血球・血小板輸血を繰り返し、過酷な治療を乗り越え、「一日でも長く生きて、恩返しをしたい」と、健康に良いメニューを提供するレストランを東京都内に開業しました。蝦名さんが食や治療、献血のことを発信し続ける、その思いを伺いました。

## 誰かの献血に生かされている 自然と溢れてきた温かな涙

2017年3月、体にできた青黒いあざがなかなか消えないことを不思議に思い、検査に行った病院で急性白血病と告げられた蝦名さん。29歳、IT企業での仕事も楽しく、まだまだこれからというときの余命宣告でした。

「最初の数日間は現実をまったく受け入れられませんでした。いろいろな記事を読み、病気について知ることによって、前を向くしかない気持ちと切り替えました。医師からは『君は献血で命をつないでもらって、骨髄移植か、臍帯血移植をやらないと生きられない』とはっきり言われていたので、そのショックが大きすぎた半面、1パーセントでも可能性があるならその1パーセントに入ってやる！という強い気持ちが生まれて。決意の一方でつらかったのは、僕を支えてくれる母が無理して笑顔を作り、どんどん痩せていく姿。親不孝でごめん、と。3人兄弟の末っ子だったので、父母だけでなく年の離れた兄2人にも心配をかけました。お店を始めるとき、高額な治療を長期間続けて開業資金がなく、クラウドファンディングをすると伝えたら、兄から『お前には1日でも長く生きてほしい！だから体の負担が大きい飲食店開業は兄としては応援したくない』と長文のメールが。でも最終的には僕の決意を受け止めてくれ、1周年を迎えた今、シェフナイフをプレゼントしてくれるほど心から応援してくれています」



「スタッフやお客様の支えがあるから頑張れる。体に良いものを提供しながら、心と体にそっと寄り添いたい」と蝦名さん  
※撮影時のみマスクを外しました

蝦名さんは初めての検査で白血球の数が14万個と通常の15~30倍もの数値となっていることが分かり即入院。血小板やヘモグロビンの数値も極端に低かったため、入院翌日から輸血を繰り返しました。弱っている自分との闘いに元気をくれたのは献血してくれた人たちの存在だったとのこと。

「移植手術をしても亡くなる確率が30%と言われていました。移植した細胞がなかなか生着せず、自身では血液の成分を作れない状態が長く続きました。生着するまでの20日間、ほぼ毎日の輸血で何とか生きられた。無菌室という空間に閉じ込められ、不安で息の詰まる思いはしていましたが、誰かの献血で生かされていると考えると、なんだか温かい涙が溢れてきて、ありがとうという言葉では言い表せないほど感謝の気持ちが湧いてくるんです。家族の中で唯一面会が許されている母と、本当にありがたいね、と言いながら、うれし涙を流したのを今でも鮮明に覚えています」



入院直後から連日輸血の日々だった蝦名さん。友人やSNSのフォロワーから贈られたお守りを肌身離さず、共に病と闘うパワーを感じていたそう



蝦名 聖也 えびな・せいや

1987年、東京都葛飾区生まれ。2017年、急性リンパ性白血病を発病。抗がん剤や放射線治療、2度の移植手術など4年間の闘病生活を経て寛解。昨年、体に良い厳選野菜を使用したカフェ「SOY LOVE U」を地元へ開店。SNSなどを使って病気や治療、献血についての発信や交流を積極的に行っている。



▲  
闘病の様子や思いを伝える、蝦名さんのInstagram



## 誰かの希望になれば… SNS発信を続ける意味

治療の末、社会復帰した蝦名さんが、東京・葛飾区にこだわり野菜と豆乳のメニューを出す店をオープンして1年。治療の影響もあって大腿骨頭壊死になり、人工股関節を入れているので、今も脚に痛みを抱え、重たい荷物を持つことは医師から禁止されています。

「立ち続けたり、ずんどう鍋を洗ったりすることができず、スタッフに助けられています。自分ができない事は受け入れて、周りの人の助けを借りる。もし1人で何でもできてしまっていたら、周りの温かい思いや愛に、気付くことも感じることもできなかったかもしれない。白血病との闘いも、人の優しさや温かさを感じることもできずに病と向き合っていたら、病状は悪化していたんじゃないかとも思うんです。僕は“誰かのために生きる”ことを軸にして生きています。余命3カ月と言われた人間が6年近く、生かされている。僕の成功体験である移植手術や、笑顔で店頭立っている僕の存在が誰かの希望になるかもしれない。全国で病氣と闘う誰かが1人でも僕のSNSを見て頑張ろうと思ってくれたらと、自分の病氣についての全ての情報を公表し続けています。

コロナ禍で多くのお店が閉店していく中、1年間継続できたのは、スタッフも含め、お客様や応援して下さった方たちのおかげ。SNSを見て僕に会うことを目標にして『治療を頑張るよ』と言う方や『蝦名さんが献血できない分、代わりに私が行ってきました!』と言う方も多いんですよ。こんなふうに幸せの連鎖で献血に行く人が増えたら、僕のように救われる命も増えるのではないかと。時間は有限で、皆さんの大切な24時間の中の貴重な時間を使って献血へと足を運んでくださることに、言葉では表現しきれないほど心から感謝の思いでいっぱいです。そしてその時間と血液をいただくことによって、この僕のように、誰かの命が救われるきっかけとなっていることを知っていただけたら幸いです。白血病だけに限らず、悩みを持つ全ての方が前を向けるように、これからも発信を続けていくつもりです。実は今、血栓症や高血圧など7つの病気を抱えていて、移植手術をした大病院の検査で、医師から『命があまり長くない可能性がある』と言われてしまいました。でも、だからといってお店を閉めるとか、生きる速度を緩めるようなことはしたくない。たくさんの方に支えてもらって今の僕がいます。1人でも多くの誰かのために、恩返しをして生き続けていきたい。厳しい現実がたくさん立ち足はだかるけれど、今まで、これからも、支えてくれているみんなと一緒に、温かい感謝の気持ちを忘れることなく、生きていきたいです。きっと未来は明るいと感じて」



Jリーグのサッカーチーム「アルビレックス新潟」の早川史哉選手(左)とは闘病中にSNSを通して知り合い、今では親友と呼べる仲に。写真は初めて顔を合わせた日の1枚



競泳の池江璃花子選手(左)ともSNSを通して交流が始まった。同じ境遇である母親同士も連絡を取り合う仲になっているそう

# 献血基準

採血種類	400mL献血	
年齢	男性：17～69歳 女性：18～69歳	
	ただし、65～69歳の方については、60歳に達した日から65歳に達した日の前日までの間に採血が行われた方に限る	
体重	男女ともに50kg以上	
最高血圧	90mmHg以上180mmHg未満	
最低血圧	50mmHg以上110mmHg未満	
脈拍	40回/分以上100回/分以下	
体温	37.5℃未満	
血色素量	男性：13.0g/dL以上 女性：12.5g/dL以上	
採血間隔	前回採血 200mL献血	男女とも4週間後の同じ曜日から
	400mL献血	男性：12週間後の同じ曜日から 女性：16週間後の同じ曜日から
年間総採血量 (1年は52週として計算)	200mL献血・400mL献血を合わせて 男性：1200mL以内(400mL献血で3回まで) 女性：800mL以内(400mL献血で2回まで)	
共通事項	次の方からは採血しない ①妊娠していると認められる方、又は過去6か月以内に妊娠していたと認められる方 ②採血により悪化するおそれのある循環系疾患、血液疾患その他疾患に罹っていると認められる方 ③有熱者その他健康状態が不良であると認められる方	

患者さんの輸血の安全性をより高める

**400mL献血**にご協力お願いします！

**※200mL献血は予定数に達し次第終了となります**

県内医療機関からの血液の注文

栃木県内の献血者の協力状況



# 献血前のご確認

※下記に該当する方は、献血をお断りすることがあります。

- ① 3日以内に薬を飲まれた、注射をされた方。
- ② 3日以内に歯科治療をされた方（歯石除去も含む）。
- ③ 直近の食事を2食抜いた方、睡眠時間が4時間以内の方。
- ④ 海外から帰国後4週間以内の方。
- ⑤ 今までに輸血や臓器移植を受けた方。
- ⑥ 英国に昭和55年（1980年）～平成8年（1996年）までに通算1ヶ月（31日）以上の滞在歴のある方。

—以下に該当する方も献血をご遠慮願います—

(1) 体調が悪い方・現在、激しい嘔吐や下痢の方。

(2) 今までに大きな病気をした方。

※原則としてB型肝炎、がん、血液疾患、心臓病、脳卒中、てんかん。

※治癒後一定期間経過後献血可能な場合もあります。医師にご相談願います。

(3) 下記のいずれかに該当し、中南米諸国を離れてから6ヵ月以上経過していない方。

(a) 中南米諸国で生まれた、または育った。

(b) 母親または母方の祖母が中南米諸国で生まれた、または育った。

(c) 中南米諸国に連続して4週間以上滞在、または居住したことがある。

(4) 6ヵ月以内にピアス・刺青(タトゥー)をした方。

※ピアスはピアッサー、または医療機関であけた方は1ヶ月過ぎていれば献血可能です。

(5) B型やC型の肝炎ウイルス保有者(キャリア)と言われた方。

(6) 梅毒などの性病、マラリアにかかったことがある方。

(7) エイズの検査が目的の方。

(8) 6ヵ月以内に次のいずれかに該当することがある方。

① 不特定の異性または新たな異性との性的接触があった方。

② 男性どうしでの性的接触があった方。

③ 出産、流産があった方。

④ 開胸、開腹、開頭など大手術を受けた方。開放性骨折をした方。

(9) 現在妊娠中、または授乳中の方。

※出産後1年以内の授乳中の女性は献血できません。

※授乳はお子様が満1歳になっていれば可能、もしくは医師の判断になります。

※その他、当日の医師の判断になります。





# ちょっと待って!!

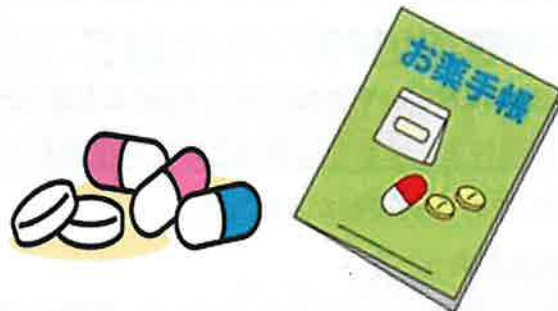


## 服用していても献血できるお薬は たくさんあります!!

### 当日服用していても献血できるお薬

(ただし献血者の健康状態を考慮し、献血できない場合もあります)

- **抗アレルギー薬** (セレスタミン等一部できない場合がある)  
市販の花粉症・アレルギー性鼻炎薬、アレグラ、アレロック、ザイザル…等
- **脂質異常症(高脂血症)治療薬**  
リピトール、メバロチン、クレストール、エパテール…等
- **降圧剤**(複数剤の降圧剤を服用している場合でも採血可能)  
アムロジピン、アダラート、オルメテック、フロブレス…等
- **痛風・高尿酸血症治療薬**(痛風治療中は不可)
- **市販のビタミン剤・ドリンク剤**
- **ミネラル剤** (鉄剤による貧血治療中を除く)
- **漢方薬** (服用目的によりできない場合がある)
- **下剤・市販緩下剤**
- **整腸剤**
- **低用量ピル**



全部OK!

献血の際には必ず「お薬の名前」がわかるようにして来てください。

## 前日までの服用であれば献血できるお薬

- ・ 解熱鎮痛消炎剤(症状がない場合や予防的服用に限る)  
市販解熱鎮痛薬、アスピリン、バファリン、ロキソニン、PL顆粒・・・等
- ・ 市販風邪薬(症状がない場合や予防的服用に限る)

## 服用中止から3日間は献血できないお薬

- ・ 抗生物質、および抗菌剤 ・ 抗ウイルス薬
- ・ 止痢薬(下痢止め薬)

## 原疾患で献血できないお薬

- ・ 抗けいれん薬 ・ 抗不整脈薬
- ・ 抗甲状腺薬 ・ 強心薬
- ・ 糖尿病薬(食事療法のみ医師の判断により献血可能)
- ・ 痛風治療薬(治療中は不可)

## その他

- ・ 千ガノン(乾癬治療薬)(献血不可)
- ・ ラエンネック、メルスモン(ヒト由来フラセンタ)(献血不可)
- ・ フロペシア、フロスカー(1ヶ月献血不可)
- ・ アボダート、アボルブ(6ヶ月献血不可)



栃木県内の献血会場限定  
**One more 400mL 献血★**  
**キャンペーン!**

400mL 献血ご協力の方に、2024年3月31日まで応募券配布!



**One more 400mL 献血★**  
**トミカ応募券**

8か月以内にもう一度400mL 献血にご協力で、  
 毎月70名様に抽選で「オリジナルトミカ」  
 をプレゼント★裏面の必要事項をご記入の上、  
 献血にお越し下さい。(期限内の  
 次回の400mL 献血ご協力で応募完了!)  
 ラブラッド会員の方は当選確率UP!

有効期限  月末日  
 まで有効



期間内に**2回** 400mL 献血にご協力いただくと、

抽選で

毎月

**70名様に!**

**オリジナル・トミカ**が当たる!!

© TOMY 「トミカ」は株式会社タカラトミーの登録商標です。



※献血バスのデザインは変更となる場合があります。

応募券裏面に必要事項を記入♪

カナ氏名: \_\_\_\_\_ 様

献血者コード: ( \_\_\_\_\_ )

※不採血の場合はまた次回お願いします。  
 ※当選発表は記念品の発送をもって代えさせていただきます。  
 ※**栃木県内の献血会場限定**のキャンペーンとなります。  
 ※チケットの再発行は致しかねます。  
 ぜひ年に**2回**以上の献血のご協力よろしくお願いたします!

チケット記布期間 2023年4月1日~2024年3月31日  
 栃木県赤十字血液センター

応募券持参で400mL 献血にご協力いただき、  
 裏面の必要事項を記入の上献血スタッフにお渡し  
 下さい。

**毎月70名様に**オリジナルトミカが当たります!

献血 Web 会員サービス「**ラブラッド**」会員の方は  
**当選確率がUP!**

「ラブラッド」新規入会募集中!  
 登録はこちらから ⇨



☆応募券の有効期間は1回目の献血から  
**8か月間!**ぜひ年に**2回**以上の400mL  
 献血にご協力をお願いします♪