

## 感染症に要注意！

12月に入り寒い日が続いています。この季節は感染症が流行しやすい時期です。特に感染性胃腸炎やインフルエンザなどは熊本県でも増加傾向にあります。しっかり対策をしましょう！



## 健康診断後の治療は終わりましたか？

1学期に行った健康診断の治療は終わっていますか？ぜひ冬休み中に受診しましょう。

熊本県立天草拓心高等学校 保健委員会  
令和6年（2024年）12月24日 発行

# 保健だよ！

## 冬休み号

今年も残すところあと数日、みなさんにとってどんな1年でしたか？いよいよ明日から冬休みです！クリスマスやお正月とたくさんの行事があるかと思います。健康にまた安全に過ごしてほしいです！3学期の始業式にみなさんと元気に会えるのを楽しみにしています。



Merry  
Christmas



Happy  
Newyear

# 献血ってなに？？



みなさんは「献血」について知っていますか？マリン校舎では熊本県赤十字献血センター医師の高村先生を講師にお招きし11月15日3年生を対象に「献血セミナー」を行いました。献血についてみなさんに少しでも知っていただけるとうれしいです。

## 「献血」とは・・

献血は、輸血などを必要とする人に健康な人が無償で血液を提供するボランティアです。現在日本では1日に平均約14000人の献血協力が必要です。

## 献血の種類と献血ができる年齢

種類		献血ができる年齢
全血献血	血液中のすべての成分を採血	200ml 16歳 400ml (男性) 17歳 (女性) 18歳
成分献血	「血小板」や「血しょう」など特定の成分を採血	18歳

## 献血した血液のゆくえ

まず献血された血液は、献血された会場から各地の血液センターに運ばれ精密な検査が行われます。その後成分ごとに分けられて血液製剤となり適度な温度で保管されます。医療機関からの要請を受けて、患者さんが必要とするときにその血液が届けられます。

現在献血された血液の多くは、悪性新生物（がん）の治療に多く使われています。

血液は人工的には作れないため献血が必要とされています。



## 1回の献血に必要な時間は1時間！60分で助かる命があります！

献血に係る時間は約60分と言われており、実際に針をさしている時間は全献血で10～15分だそうです。事前に医師による問診等がしっかり行われるため安心して献血を受けることができます。

## 献血セミナーでの感想

- ・献血セミナーの中で「あなたの力が誰かの力になる。少しの勇気で救われる命がある」という言葉が印象に残りました。
- ・機会があれば献血に行きたいと思いました。若い人の献血離れが進んでいると聞いて自分から行動することが大切だと思いました。
- ・自分や大切な人がいつか輸血を必要とするときがあるかもしれませんと感じました。今までわからぬことが多かったけど献血についてたくさんのことを見る機会となりました。



## ★今後予定されている献血バスのスケジュール★

### 【天草市】

1/28（火）JA本渡五和本店（午前） 天草地域医療センター（午後）

1/29（水）天草警察署 2/4（火）天草広域本部

2/19,20（水,木）天草市役所本庁 3/4（火）天草市役所牛深支所

3/5（水）天草市役所五和支所（午前） 天草セントラル病院（午後）

3/11（火）天草複合施設こらす 3/12（水）イオン天草

### 【上天草市】

1/27（月）リゾラテラス天草（午後） 2/5（水）上天草総合病院（午後）

3/3（月）上天草市役所松島庁舎 3/10（月）上天草市役所大矢野庁舎

### 【苓北町】

2/14（金）苓北町役場

※詳しい内容については、「熊本県赤十字献血センター」のHPで確認してみてください。