群馬県では毎日300人分の献血が必要です

血液は人工的に造ることも、長期保存することもできません。輸血を必要とする患者さんに血液をお届けするためには、皆様の献血が必要です。あなたの40分で助かる命があります。命をつなぐ「献血」にご協力をお願いします。

回覧

献血



実施日
2026年12月1日（火）

献血会場 町民献血
板倉町中央公民館
2階講座室にて受付

受付時間
9：30~11：45
13：00~15：30

主な献血基準（400mL）

年齢
男性 17歳～69歳　女性 18歳～69歳

体重
男女ともに50kg以上の方

65歳以上の方については、60歳から64歳の間に献血の経験が必要です

献血のご協力にあたってのお願い

食事と水分補給をお願いします



空腹時間が長くなると、献血終了後にご気分が悪くなる場合がございます。また、献血による脱水症状を防ぐため、献血前から水分をたくさんお取りください。

前日は十分な睡眠を



睡眠不足で献血をすると、ご気分が悪くなる場合がございます。最低でも4～5時間の睡眠をおとりください。

持ち物について



献血が初めての方は顔写真付きの身分証明書、服薬中の方はお薬手帳などの薬剤名の確認ができるものをお持ちください。

安全な輸血を行うため、次の項目に該当する方はご遠慮ください

- 当日体調不良の方
- 3日以内に歯科治療（歯石除去を含む）を受けた方
- 1か月以内にピアスの穴を開けた方
- 4週間以内に海外から帰国（入国）した方
- 今までに輸血（自己血を除く）や臓器移植を受けた方
- 6か月以内に新たな異性と性的接触があった方

日本赤十字社 Japanese Red Cross Society 群馬県赤十字血液センター

お問い合わせ 献血推進課 027-224-2102（直通）

群馬県では毎日３００人の献血協力を必要としています



400mL献血のおもな基準

	年齢	体重	採血間隔	年間回数
男性	17～69歳※	50kg以上	12週間	３回以内
女性	18～69歳※		16週間	２回以内

※65歳以上の方は、60歳～64歳の間に献血経験がある方に限ります

お薬について

※薬剤名がわかるようお薬手帳をお持ちください（メモでもＯＫ）
※最終的な献血の可否は、当日の体調なども勘案し、
献血会場の健診医師が総合的に判断させていただきます

当日服用でも献血できるお薬

降圧剤、抗アレルギー薬（セレスタミンを除く）、漢方薬、胃腸薬、コレステロール、尿酸値降下薬、低用量ピル　など

注意が必要なお薬

鎮痛剤、風邪薬・・・前日までの服用ならＯＫ
抗生剤、抗精神薬・・・３日間空ける

お願いできないお薬

糖尿病の薬、抗血栓薬　など

その他服薬・既往歴の確認はこちら

以下の方は献血をお願いできません

- 当日体調不良の方
- ３日以内に出血を伴う歯科治療を受けた方（歯石除去を含む）
- 海外から帰国して４週間以内の方
- 過去に輸血、臓器移植を受けた方
- １か月以内にピアスの穴を開けた方



献血カードの新規発行・更新は令和８年１月４日で終了しました



今後はラブラッドアプリをご利用ください

アプリでできること

- 献血予約
- ポイントが貯まる
- 事前問診回答
- 検査結果の確認

App Store からダウンロード

Google Play で手に入れよう

ラブラッド会員でない方も受付時に献血履歴照会と本人確認を行うことで
以前と変わらず献血にご協力いただくことができます。