



マダニに気をつけよう！

マダニに刺されないようにするためには？

- 肌の露出が少ない服装を心がけましょう。
(P 29 野外活動に適した服装 参照)
- マダニに効く虫よけスプレーを行いましょ。
- 休憩時や山からもどった後は、服や帽子、皮ふにマダニがついていないか確かめましょ。

マダニに刺されるとどうなるの？

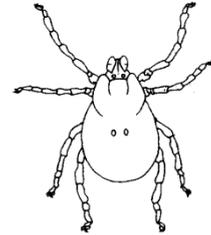
痛みや違和感があり、赤くはれて強いかゆみを感じます。首や頭、腰に特に注意ましょ。

マダニに刺されたらどうすればいいの？

必ず病院でみてもらいましょ。無理やりダニを指やピンセットで取り除こうとすると、うまく取れずに一部が皮膚に残ってしまい、細菌感染する恐れがあるのでやめましょ。また、※「重症熱性血小板減少症候群 (SFTS)」を発症し死亡する例もあり、大変危険です。

※ **重症熱性血小板減少症候群 (SFTS)**とは…主な症状は発熱と消化器症状で、重症化し、死亡することもあります。

ダニはこんな虫です



体長約2mm



スズメバチに気をつけよう！

スズメバチにさされないようにするためには？

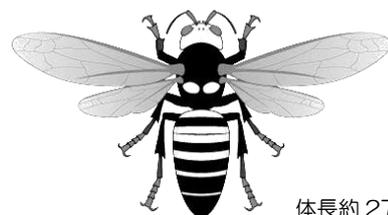
- 服装に気をつけましょ。
→『黒っぽい色のもの』『花柄のもの』『ヒラヒラのもの』は避けましょ。
- 香水、化粧品、ヘアスプレー等、匂いの強いものの使用を避けましょ。
- 飲みかけのジュースを近くに置きっぱなしにすることは、やめましょ。
- 木を蹴ったり、つついたりすることはやめましょ。
- 虫除けスプレーは、スズメバチには効きません。

スズメバチを見つけたら…、追い払おうと手を振り回したり大声を出したりせず、静かにゆっくり姿勢を低くして、頭をかくしてその場を離れる。

スズメバチに刺されるとどうなるの？

激痛があり、腫れます。ハチ毒アレルギーがある人は、呼吸困難や血圧低下を起こし命にかかわることもあります。これは刺されてから30分以内に起こるので、一刻も早い対応が必要です。

スズメバチはこんな虫です



体長約27~37mm

スズメバチに刺されたらどうすればいいの？

- ① 爪などで傷口周囲を圧迫し、毒液をしぼり出しましょ。(ポイズンリムーバー等を使う)。
- ② 刺されたところを流水でよく洗い流しましょ。
- ③ 患部を冷やして、必ず病院でみてもらいましょ。