

山や草むらでの野外活動の際は、マダニに注意しましょう



マダニ に注意！！



【マダニが媒介する感染症】 ライム病、回帰熱、ダニ媒介脳炎 など

マダニに咬まらないポイント



●肌の露出を少なくする

- 長袖・長ズボン、登山用スパッツ等を着用する
- シャツの裾はズボンの中に、ズボンの裾は靴下や長袖の中に入れる
- 帽子・手袋を着用し、首にタオルを巻くなど
- 足を完全に覆う靴を履く（サンダルなどは避ける）

●明るい色の服を着る ●虫除け剤を使用する



- 野外活動後は入浴し、マダニに咬まれていないか確認しましょう。特に、わきの下、足の付け根、手首、膝の裏、旨の下、頭部（髪の毛の中）などに注意しましょう。

マダニに咬まれたときの対処法



- 無理に引き抜こうとせず、医療機関（皮膚科など）で処置（マダニの除去、洗浄など）をしてもらいましょう。
- マダニに咬まれた後、数週間程度は体調の変化に注意をし、発熱等の症状が認められた場合は医療機関で診察を受けてください。

受診時に医師
に伝えること

- ① 野外活動の日付
- ② 場所
- ③ 発症前の行動

北海道

ダニ媒介感染症対策



今できる、マダニ感染症対策

北海道

ダニ媒介感染症対策



マダニから身を守るために

詳しくは

北海道 ダニ

検索

