

里山での安全対策 (マダニ・ヤマビルの被害から身を守るために)

北摂里山博物館
運営協議会

近年の里山では、シカやイノシシが増えるに伴い、動物を介したマダニやヤマビルの被害が出ています。里山で活動する際は、服装や行動に気をつけることが大切です。

服装

・肌の露出を少なくする

長袖、長ズボン、長靴下、登山用スパッツ、軍手・手袋、帽子、首にタオルを巻くなど。シャツの袖口は軍手・手袋の中に入れる。ズボンの裾に靴下を被せる。レインウェアのような、なめらかな生地にはマダニが付きにくい。

・足を完全に覆う靴を履く

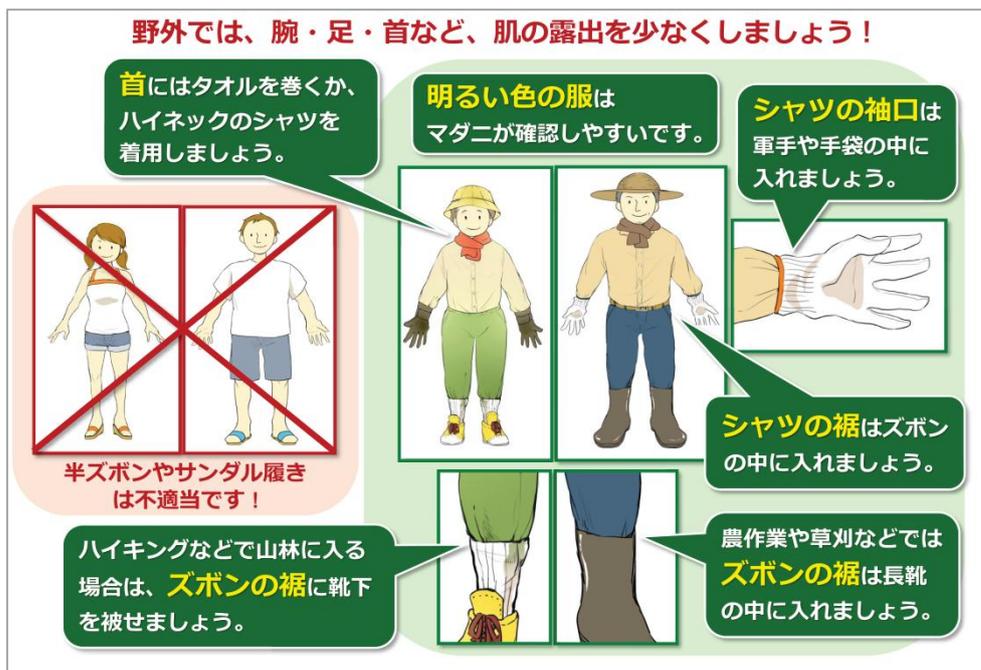
サンダルは避ける。

・明るい色の服を着る

マダニ・ヤマビルを目視で確認しやすくするため。

・虫除けスプレーを使用する

特にひざ上から靴にかけて念入りにスプレーする。(成分：ディート・イカリジン)



活動中

- ・ 休憩時に衣服を軽く叩いてマダニを落としましょう。
- ・ 歩行中は足元や首回りを定期的を確認し、マダニやヤマビルの付着がないか確認しましょう。
- ・ 地面に直接座ったり物を置いたりせず、敷物を使いましょう。
- ・ マダニやヤマビルは湿気を好むため、乾いた場所で休憩しましょう。
- ・ 長時間同じ場所にいるときは、周囲を確認しましょう。
- ・ 野生動物などには直接触れないようにしてください。

活動後

- ・ 帰宅後は必ず入浴して、マダニやヤマビルが身体についていないかよく点検してください。特にわきの下、足の付け根、手首、ひざの裏、胸の下、頭部（髪の毛の中）、首回りなどに注意！

マダニについて

(1)生態

- ・ マダニはシカやイノシシなど野生生物が出没する環境に多く生息しています。
- ・ マダニの多くは春から秋（3～11月）にかけて活動が活発になります。冬季に活動する種類もいます。



← 約2～3mm →

吸血すると体重は100倍、
全長は1cmを超えることも

(2)人的被害

- ・ 野山に生息するダニにかまれることで、様々な病気に感染することがあります。
重症熱性血小板減少症候群(SFTS)、ダニ媒介脳炎、日本紅斑熱、つつが虫病、ライム病など

(3)マダニにかまれたら

① 無理に引き抜かず、医療機関(皮膚科など)で処置する(マダニの除去、洗浄など)

マダニ類の多くは、ヒトや動物に取り付くと、皮膚にしっかりと口器を突き刺し、長時間（数日から、長いものは10日間以上）吸血します。マダニを無理に引き抜こうとすると、マダニの一部が皮膚内に残って化膿したり、マダニの体液を逆流させてしまったりするおそれがあります。

② 数週間程度は体調の変化に注意を！

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下さい。

ヤマビルについて

(1)生態

- ・ ヤマビルの多くは日影の湿った環境を好み、山林内の暗くて落葉が堆積しているところに生息しています。歩道や吸血対象となる野生生物が通る獣道にも生息します。
- ・ 4～11月の間に活動し、特に気温が20度以上の湿った蒸し暑い時に地表に多く現れます。



大きさ 約1～5cm

(2)人的被害

- ・ ヤマビルは地面から足に上がり靴下やズボンの中に侵入することが多いため、足への吸血被害が多いです。
- ・ 吸血の際、痛みを感じさせないモルヒネのような物質と血液を固まらせないヒルジンという物質を出します。吸血に気がつかない事が多く、血が止まりにくくなります。

(3)ヤマビルに吸血されたら

① ヤマビルを取り除く

ヤマビルに虫除けスプレーや消毒用エタノールをかけるとはがれます。
それらを持っていない場合は、手で吸盤をゆっくりはがす。

② 傷口を洗浄する

指でつまみヤマビルの唾液成分を絞り出し、水や消毒用エタノールで洗う。

③ 抗ヒスタミン剤軟膏(虫刺され・かゆみ止め)を塗る

④ 絆創膏を貼って、血液が流れるのを押さえる

一度血が止まっても、再度出血することもあります。

※吸血したヤマビルは産卵が可能になり増えてしまうため、
その場で駆除しましょう。(虫よけスプレーをかける)

参考:

厚生労働省ホームページ

「ダニ媒介感染症」

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164495.html>

栃木県ホームページ

「ヤマビル対策マニュアル」

<https://www.pref.tochigi.lg.jp/d08/yamabiru/documents/20250604175520.pdf>