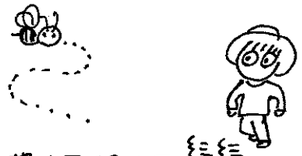
ほけんだより

令和8年9月
みどり保育所

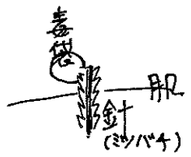
9月も、まだまだ暑い日が続きそうです。
これからの夏から秋にかけては、ハチが子育てをする時期にあたり、ハチの攻撃性が増してきます。山へのお出掛けや、ハイキングをする時にはハチに気をつけましょう。

ハチが飛んでいるのを見かけたら？

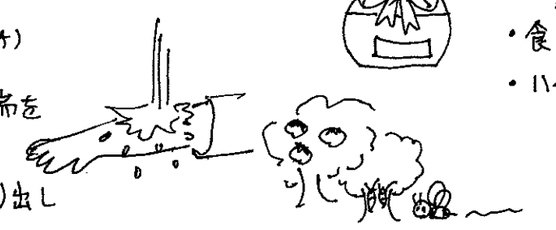


◎焦って、手で振り払ったり、走り回ると危険です。
大きな音や声、振動などの刺激を受けると興奮して攻撃してくるので
頭や首筋、顔を服で守りながら姿勢を低くして、ゆっくり静かにその場を離れましょう。
20～30m離れ、できれば50m位、離れてください。

ハチに刺された？その時は

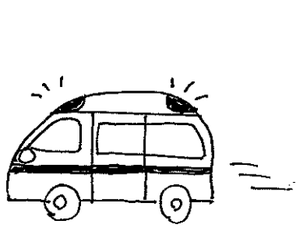


◎静かにその場から離れましょう。
◎肌に毒針が残るのはミツバチです。
スズメバチも、強くはたいたりすると残ることがあります。
針が残っていたら、針には毒袋がついているので、爪やカードの端を使い、横からこすり取るようにして抜きましょう。
・決して口で吸わず、傷口を流水で洗い流しながら毒を絞り出し保冷剤などで冷やします。
・そして、抗ヒスタミン軟膏やステロイド軟膏を塗りましょう。
アンモニア水や、尿をかけることはしないでください。



◎安静にして20分程様子を見、異常がなければ、ひとまず安心です。
◎こんな時は、受診をしてください。

☆すぐに、119番、救急車を呼ぶ時は
- 顔・首・口の中・のど、目を刺された場合
- 複数ヶ所を同時に刺された場合
- アナフィラキシーショックを起こした時
  - 息苦しい・のどがしめつけられる
  - 強いめまい・意識がぼんやりしてきた
  - 全身の蕁麻疹・咳嗽
  - かつてハチに刺されて具合が悪くなった



☆翌日以降に受診する場合
- 腫れ・痛みが引かない、又は、悪化した。
- 熱が出た

◎ハチに2回目に刺されると危い。と言われるのは違うようです。
アナフィラキシーのリスクは、1回目刺された人にも存在します。
その発生率は体に入った毒の量や、その人の体質にもよりますが、
何度も刺されると、アナフィラキシーを起こす可能性は高くなります。
◎ハチに刺されて2回目から全身症状(蕁麻疹・発熱などに発展するのは、刺された人の5～10%くらいで、
次に、アナフィラキシーになるのは、全身症状が出た人の更に約、10%です。
◎ハチに刺されても落ちついて様子をみながら受診しましょう。
◎刺されて、1週間程度してから、刺されたところ以外の場所が腫れてきた場合(遅発性アレルギー)。例えば右腕を刺されたのに、しばらくすると、足首が腫れてきた…などの時は、受診しましょう。

どんな人が刺されやすいの？

◎におい
- 人工的な甘い香り。強い香水のにおいや、制汗剤、花の香りの洗剤、柔軟剤などがハチを興奮させる原因になります。
- 食べ物のにおい(ジュースなど)、体臭でも反応に違いがあります。
- ハチが引き寄せられる木
  - ・樹液を出す木(クヌギ・コナラなど)夏場に昆虫が集まる木
  - ・果実をつける木(柿・いちじく・ぶどうなど)熟した実の甘い香り
  - ・においの強い木(キンモクセイなど)
- ハチの嫌がるにおい
  - ・強いにおい(木酢液、ハッカ油、ミント・メントールなど)
  - ・煙
  - ・自分以外のスズメバチの巣

◎色
- ミツバチ以外のハチは、色を白と黒で半断するので、黒・ネイビー、紫といった濃い色を避け、白に近い水色、ピンク、などの色を身につけましょう。
- ただし、夜は暗やみでも認識しやすい白色は、逆に目立ってしまう為明るい色の服は避けましょう。

◎夜、ハチはあまり活動しませんが、ライトに集ってくることがあるので気をつけましょう。
◎雨の日は、あまり活動しません。なのでエサを獲得できていないので雨の次の日は、攻撃性が増しています。要注意ですね。

ハチの死がいや、切断された胴体部分でも、毒針が生きていて、角ったり踏みつけることで刺されることがあります。
死んだ虫には近づかないよう、お子さんに教えてあげましょう。