

風しんに注意しましょう！！

妊娠初期の女性が「風しん」に感染すると、赤ちゃんに障がいが残ることがありますので、注意しましょう。

〈風しんでどんな病気？〉

風しんウイルスによっておこる感染症で、流行は春先から初夏にかけて多くみられます。

潜伏期間は2～3週間で、主な症状として発疹、発熱、リンパ節の腫れがあります。通常あまり重くない病気ですが、まれに脳炎、血小板減少性紫斑病などの合併症をおこすことがあります。

一度かかると、大部分の人は生涯風しんにかかることはありません。

風しんウイルスは患者さんの飛まつ（唾液のしぶき）などによってほかの人にうつります。発疹のでる2～3日まえから発疹がでたあとの5日くらいまでの患者さんは感染力があると考えられています。

〈先天性風しん症候群って何？〉

妊婦さん、特に妊娠初期の女性が風しんにかかると、胎児が風しんウイルスに感染し、難聴、心疾患、白内障、精神や身体の発達の遅れ等の障がいをもった赤ちゃんが生まれる可能性があります。

これらの障がいを先天性風疹症候群といいます。

先天性風しん症候群がおこる可能性は、風しんにかかった妊娠時期により違いがあります。特に妊娠初めの1 2週までにその可能性が高いことが認められています。

〈風しんの予防接種はお済みですか？〉

風しんの予防接種を行う主な目的の一つは、妊婦さんが風しんにかかることによって生まれてくる赤ちゃんが先天性風疹症候群の障がいをもつことのないように、またそのような心配をしながら妊娠を続けることのないように、あらかじめ予防することです。

多くの人が予防接種をうけると、個人が風しんから守られるだけでなく、ほかの人に風疹をうつすことが少なくなり、社会全体が風疹から守られることになります。

★予防接種の料金について★

定期接種対象者以外の方は、任意接種となりますので、料金は自己負担となります。金額は医療機関によって異なります。



【妊婦さん】

妊娠中は予防接種は受けられません。妊娠中、特に妊娠初期は、風しんにかかっている可能性のある人との接触は可能な限り避けてください。家族の中にワクチン接種記録、または風しんの確実な罹患歴（抗体検査などによって確認されたもの）のない方がいる場合は、至急風しんワクチンの接種をうけるよう勧めてください。もし麻しんワクチンを1歳以上で2回受けたことがない妊婦さんの家族は、風しん予防と麻しん予防の両方の観点から、麻しん風しん混合ワクチンを選択することをお奨めします。

【産後間もない方（産後1か月以内）】

妊娠期に抗体陰性または低抗体価だったみなさんはなるべく早く予防接種を受けましょう。母乳中にワクチンウイルスが検出されることがありますが、お子さんに影響はなく、授乳中でも差し支えありません。

【成人女性の方】

将来妊娠の希望のある方、妊娠する可能性の高い方は、予防接種をうけることで妊娠中に風疹にかかることを予防できます。また、他の方に風疹をうつすことを予防できます。

【お子さん】

定期接種対象のお子さん（1歳児（第Ⅰ期）、小学校入学前1年間の幼児（第Ⅱ期））は無料で接種できますので、必ず受けましょう。

【妊娠予定の方のご家族のみなさん】

明らかに風しんにかかったことがある、予防接種を受けたことがある、抗体が陽性であると確認できた方以外は、予防接種を受けましょう。風しんにかかったことが血液検査などで確かめられていない場合（風しんにかかった記憶だけの場合や、医療機関を受診していても症状だけからの診断で、診断が血液検査によって確認されていない場合など）は、必ずしも信頼できません。

これまで風しんの予防接種をうけたことがない方は、なるべく早く予防接種をうけることをお勧めします。たとえこれまで風しんにかかっていたとしても、予防接種を受けることによって特別な副反応がおこることはありません。過去に風しんに感染していても、今、予防接種を受けることで風しんに対する免疫をさらに強化する効果が期待されることもあるのでより安心です。

なお、風しん予防接種の記録は免疫の有無の確認に将来必要です。女性・男性ともに生涯大切に保管してください。



【問合せ先】

深川市役所健康・子ども課健康推進係
TEL：0164-26-2609

風しん抗体検査の 費用を補助しています

風しんの免疫を保有しない女性が妊娠中に感染すると、
胎児が「先天性風しん症候群」になる可能性があります

(主な症状)

- ・耳が聞こえにくい
- ・目が見えにくい
- ・生まれつき心臓に病気がある
- ・発達がゆっくりしている など

その発生防止のため、
北海道では風しん抗体検査を
推進し、費用補助を行っています



大切な赤ちゃんを守るため、
風しん抗体検査を受けましょう

■対象者

北海道にお住まい※で、以下のいずれかに該当する方が対象です。

- 👩 妊娠を希望する出産経験のない女性
- 👩 妊娠を希望する出産経験のない女性で、風しん抗体ができない方の配偶者や同居者
- 👩 風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者や同居者

※札幌市、小樽市、函館市、旭川市にお住まいの方は対象外です。各市にお問い合わせください。

■補助限度額

EIA法:6,750円

HI法 :5,540円

■実施期間

令和7年(2025年)3月11日 から
令和8年(2026年)3月10日 まで

詳しくは、北海道ホームページをご確認ください。

詳しくは
こちら！

令和7年度 北海道風しん抗体検査事業補助金

検索



【お問い合わせ】

札幌市中央区北3条西6丁目
北海道保健福祉部感染症対策局 感染症対策課感染症係
電話:011-204-5253



「リステリア」による食中毒 に注意してください。

欧米では、ナチュラルチーズ、生ハム、スモークサーモン等を原因としたリステリアによる集団食中毒が発生しています。

また、国内では、乳製品や食肉加工品などから、菌数は少ないですが、リステリアが検出されています。

リステリアに感染したときの症状の重篤度には個人差がありますが、特に妊娠している方、高齢の方、免疫機能が低下している方は重症化しやすいので注意が必要です。

妊娠している方

▶母体が重篤な症状になることはまれですが、胎児・新生児に感染による影響が出る可能性があります。

高齢の方（65歳以上）、免疫機能が低下している方※

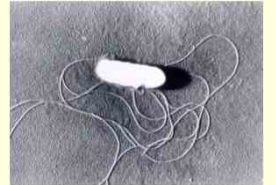
▶重症化する可能性が高くなり、死に至ることもあります。

- ・若い方よりもリステリアに感染すると発症するリスクが高いといわれています。
- ・65歳以上の高齢の方がリステリア症患者数の77.6%を占めています。

※免疫機能が低下している方：
糖尿病、腎臓病、ガンやHIVエイズに罹患している方、ステロイド治療を受けている方など

「リステリア」って何？

リステリア（リステリア・モノサイトゲネス）は、動物の腸管内や環境中に広く分布している細菌で、食品を介して感染する食中毒菌です。多くの食中毒菌が増殖できないような低温や高い塩分濃度の食品でも増殖します。



リステリアの顕微鏡写真（約0.5×1μm）
出典：東京都健康安全研究センター

＜注意が必要な食品＞

冷蔵庫に長期間保存され、加熱せずにそのまま食べられる食品は食中毒の原因となり得ますので注意が必要です。

▶欧米におけるリステリア食中毒の主な原因食品例

・ナチュラルチーズ ・生ハム ・肉や魚のパテ ・スモークサーモン

豆知識

ナチュラルチーズ：乳、クリーム、バターミルク又はこれらを混合して凝固させた後、ホエーを除去して製造されたもの（カマンベールチーズなど）。

プロセスチーズ：ナチュラルチーズを粉砕、加熱融解して乳化したもの。製造過程に加熱の工程が含まれるため、リステリアのリスクは低くなる（スライスチーズなど）。

リステリアによる食中毒を防ぐには

- ・期限内に食べきるようにし、開封後は期限に関わらず速やかに消費しましょう。
- ・冷蔵庫を過信せず、保存する場合は冷凍庫やチルド室を活用しましょう。
冷蔵庫は扉の開閉で設定温度が高くなりやすく、また、リステリアは低温であるほど増殖しにくいいため、より温度が低いチルド室（0℃～2℃）での保管が望ましいとされています。
- ・リステリアは他の食中毒菌と同様に加熱することで予防できます。
食べる前に十分加熱しましょう。
- ・生野菜や果物などは食べる前によく洗いましょう。