

# 暮らしのお役立ち情報

国の政策・施策・取組の中から、私たちの暮らしに身近な情報や役に立つ情報をまとめました。

## お役立ち情報

**1** 大人の風しんが赤ちゃんにも影響



[詳細を見る](#)

### 生まれてくる赤ちゃんのために 防ごう！ 大人の風しん



**2** なぜ、大人の風しんが増えているの？



[詳細を見る](#)

**3** 風しんを予防するには？



[詳細を見る](#)

**4** 妊娠を希望する女性の皆さんへ



[詳細を見る](#)

**5** 夫などの同居家族・職場などの周囲の方へ



[詳細を見る](#)


ツイート 121 いいね! 312 B! 0

平成26年6月27日

特にこれから妊娠を希望する女性やその同居ご家族や職場の方へ、大人の風しん予防についてお知らせします。風しんは、風しんウイルスに感染することによって、発熱や発疹、リンパ節の腫れなどが生じる病気です。平成24年から平成25年にかけて20代～40代の男性を中心に流行がみられました。風しんにかかってもほとんどの人は軽症のうちに治りますが、最も怖いのは、妊娠中の女性が感染すると、生まれてくる赤ちゃんに障害（先天性風しん症候群）が生じるおそれがあることです。赤ちゃんの健康を守るために、風しん予防に取り組みしましょう。

## 1 大人の風しんが赤ちゃんにも影響

～妊娠中の女性が風しんに感染すると、生まれてくる赤ちゃんに障害が生じるおそれがある



平成24年から25年にかけて、風しんが流行しました。平成25年には厚生労働省に報告のあった風しんの患者数は1万4千人以上で、平成20年から平成25年までの6年間で、最も多くなりました。

風しんの累積報告数(年別)  
感染症発生動向調査から作成

(※平成26年は5月21日までの報告数)

## カテゴリ別に見る

- [健康](#)
- [医薬・医療](#)
- [環境](#)
- [子ども・教育・文化](#)
- [消費生活・安全](#)
- [労働・産業](#)
- [年金・福祉](#)
- [防災・減災](#)
- [防犯・交通安全](#)
- [国際・渡航](#)

## 府省別に見る

- [内閣官房](#)
- [内閣府](#)
- [警察庁](#)
- [金融庁](#)
- [消費者庁](#)
- [総務省](#)
- [消防庁](#)
- [法務省](#)
- [外務省](#)
- [財務省](#)
- [国税庁](#)

- [文部科学省](#)
- [文化庁](#)

- [厚生労働省](#)

- [農林水産省](#)
- [林野庁](#)

- [経済産業省](#)
- [資源エネルギー庁](#)
- [特許庁](#)
- [中小企業庁](#)

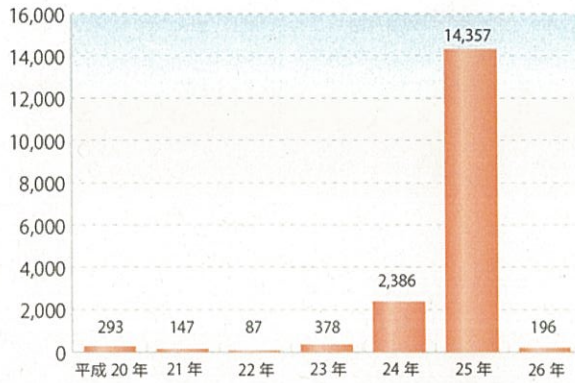
- [国土交通省](#)
- [気象庁](#)
- [海上保安庁](#)

- [環境省](#)
- [国立国会図書館](#)

- [最高裁判所](#)

## 週間アクセスランキング

毎日更新 6月29日現在



風しんは、風しんウイルスによって起こる感染症で、「三日はしか」と呼ばれることがあります。くしゃみや咳などで飛び散った唾などによって飛沫感染し、通常2〜3週間の潜伏期間の後に、発熱や発疹、首や後頭部のリンパ節の腫れ、関節の痛みなどの症状がみられます。

一般的にその症状は軽く、数日の経過で回復しますが、まれに高熱が続いたり、急性脳炎などの合併症を生じて入院が必要になったりするケースもあります。

風しんは子どもの病気と思われがちですが、近年では、子どもよりも大人の間で風しんの感染が広がっています。そうした中で最も心配されているのが、妊娠中の女性への感染です。妊娠中、特に、妊娠20週ごろまでの女性が風しんにかかることで、母体を通じて胎児がウイルスに感染し、生まれてくる赤ちゃんに「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」、「精神や身体の発達が遅い」などの障害（先天性風しん症候群）が生じるおそれがあるからです。その確率は妊娠初期に感染するほど高いとされています。

先天性風しん症候群の発生を防ぐためには、まず、妊娠中に風しんにかからないよう、女性の皆さんは、事前に予防接種を受けて「予防」することが重要です。また、妊婦や妊娠を控えた女性だけでなく、妊婦に風しんをうつさないよう、妊婦の周囲にいる夫や家族、職場の同僚なども風しんにかからないよう、予防接種を受けて予防することも大事になります。

生まれてくる赤ちゃんを先天性風しん症候群から守るために、私たち一人一人が知っておくべき風しん予防対策を紹介します。

先天性風しん症候群の児に見られる主な症状



（参考：国立感染症研究所「職場における風しん対策ガイドライン」[PDF]

▲ Indexへ

## 2 なぜ、大人の風しんが増えているの？

～子どものころに予防接種を受けていない大人は、感染しやすい



平成24年から25年にかけて発生した風しんの流行では、20代〜40代の男性を中心に、大人の間で感染が広がりました。なぜ、子どもよりも大人の風しんが多くなっているのでしょうか。それは、子どものころに風しんにかかったことがあるか、あるいは、風しんの予防接種を受けたことがあるか、ということと深く関係しています。

風しんは、一度、自然に感染すると、生涯続く免疫が体中につくられるため、その後、風しんにかかることはないと言われています。この免疫は、風しんワクチン（病気を起こ

[短編マンガ「合法といって売られている薬物の、本当の怖さを知っていますか？」](#)

[薬物対策](#)

[なくそう、職場のパワーハラスメント](#)

[合法といって売られている薬物の、本当の怖さを知っていますか？](#)

[知っておきたい認知症のキホン](#)

[食中毒予防の3原則](#)

[「合法ハーブ」は危険な「違法ドラッグ」絶対に手を出さないでください！](#)

[アメリカに渡航する方へ、「ESTA」の事前申請をお忘れなく！](#)

[食中毒を防ぐ3つの原則・6つのポイント](#)

[B型肝炎特別措置法に基づく給付金などが支給されます](#)

す力を弱めた生の風しんウイルスを含む弱毒性ワクチン)を接種することでもつづられます。

日本での風しんの予防接種制度は、昭和52年8月から、「中学生の女子」を対象とした学校での集団接種によってスタートしましたが、これまで制度改正のために予防接種の対象者や接種回数などが何度か変更されてきました。この変遷の中で、予防接種を受けられなかった人や受けなかった人、かつ、風しんにかかったことがない人は、風しんに対する免疫がないため、大人になってから風しんにかかるおそれがあるのです。

近年の風しんの予防接種実施率は9割前後となっていますが、定期接種を個別接種で中学生の時にやる必要があった昭和54年から昭和62年に生まれた方では接種率が低くなっていることが分かっています。一方で、昭和37年以前に生まれた方では定期接種の機会がありませんでした。

定期接種の実施状況と大人の風しんに感染しやすい人を年代別に表すと、次のようになります。

生年月日などによる風しんワクチンの定期接種状況

生年月日など	定期接種の状況
昭和37年4月1日以前	接種なし
昭和37年4月2日～昭和54年4月1日	男性:接種なし
昭和37年4月2日～昭和54年4月1日	女性:1回接種あり(中学生の時に学校で集団接種)
昭和54年4月2日～昭和62年10月1日	1回接種あり (中学生の時に医療機関で個別接種) ・幼児期にMMR(※1)ワクチン接種の場合あり
昭和62年10月2日～平成2年4月1日	1回接種あり (幼児期に医療機関で個別接種)
平成2年4月2日以降	2回接種の機会あり (MRワクチン(※2)の2回目を医療機関で個別接種)

※1:MMRワクチン:麻しん(はしか)風しんおたふくかぜ混合ワクチン

※2:MRワクチン:麻しん(はしか)風しん混合ワクチン

・昭和37年4月1日以前生まれの男女

定期接種制度が行われていませんでしたが、大半の人が自然に風しんに感染することで免疫があります。

・昭和37年4月2日～昭和54年4月1日以前生まれの男性

中学生の時に女性のみを対象として、学校で集団接種が行われていたため、自然に風しんに感染する機会が減少しましたが、男性は定期接種制度が行われていないので、風しんの免疫がない人が多い世代です。

・昭和54年4月2日～昭和62年10月1日生まれの男女

男女とも中学生の時に予防接種を受ける対象になっていましたが、中学生のときに個別に医療機関で予防接種を受ける制度であったため、接種率が低く、風しんの免疫がない人が多い世代です。

・昭和62年10月2日～平成2年4月1日生まれの男女

男女とも幼児のときに予防接種を受ける対象となり接種率は比較的高いのですが、自然に風しんに感染する機会がさらに減少したため、接種を受けていない人には風しんの免疫がない人が比較的多い世代です。

平成2年4月2日以降に生まれた人は、全ての人が2回の予防接種を受ける機会があります。子どもへの予防接種が広く行われるようになり、子どもの中で風しんが流行することはほとんどなくなりました。このため、近年では風しんに対する免疫が十分でない大人の間で風しんの流行が見られています。

[▲ Indexへ](#)

### 3 風しんを予防するには？

～まず、抗体検査で免疫の有無を確認。免疫がない人は予防接種の検討を。



風しんウイルスの感染力は、インフルエンザの2～4倍と言われており、感染力が強いことなどから、予防接種を受けることが最も重要な予防方法です。

#### 暮らしのお役立ち情報

[特集](#)

[お役立ち情報](#)

[おすすめ動画](#)

[おすすめ動画\(徳光&木佐の知りたいニッポン！\)](#)

[数字で日本が見えてくる](#)

風しんの予防接種を受ける必要があるのは、「風しんにかかったことがない」かつ「風しんの予防接種を受けたことがない」方です。過去に風しんにかかったことがあると考えられている人の中には、実際にかかったのは「麻疹(はしか)」などの別の病気で、風しんの免疫がない人も少なくありません。また、予防接種を受けるのは子どもの頃のことであるため、記憶だけに頼らず、「記録」を確認する必要があります。

さらに、予防接種は1回の接種で95%の方が免疫を獲得しますが、2回の接種を行うことで99%以上の予防効果が期待され、より確実な予防が可能となります。

風しんにかかったかどうかや、予防接種を受けたことがあるか曖昧な場合は、風しんの予防対策を検討しましょう。予防接種を受けることが確実な予防方法ですが、抗体検査を受けて、風しんの免疫があるかどうかを調べることもできます。抗体検査の結果については、検査を実施した医療機関の医師と相談の上で、予防接種を受けるかどうかを検討しましょう。

#### 風しんの免疫チェック(風しん抗体検査助成事業)について

多くの自治体では先天性風しん症候群の予防のために、主として妊娠を希望する女性やそのパートナーを対象に、風しんの抗体検査(免疫の状態を調べるための血液検査)を無料で実施しています(平成27年3月末まで)。

特に、これから妊娠を希望する女性の方で、予防接種を受けているか不明な方、風しんにかかったことが確実でない方は、ぜひこの機会に風しんの抗体検査を検討しましょう。

また、抗体検査の結果に応じて、医師と相談の上、風しんワクチン(風しん単独またはMRワクチン)の接種を検討しましょう。

※風しんの抗体検査の実施状況については、自治体によって異なりますので、抗体検査を希望される方はお住まいの地域の保健所までご相談・お問い合わせください。

・お住まいの地域の保健所の連絡先はこちらから検索できます。

[http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/hokenjo/index.html](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/hokenjo/index.html)

特に、先天性風しん症候群を防ぐ観点から、次の方は積極的に予防接種また抗体検査を検討しましょう。

#### ・出産年齢の女性

妊娠する前に予防接種を受けることが大事です。ただし、妊娠中は風しんの予防接種を受けることはできません(詳しくは「[4 妊娠を希望する女性の皆さんへ](#)」をご覧ください)。また、妊娠中には多くの自治体の妊婦健診で風しん抗体検査を実施しているため、妊娠歴のある方は過去の検査結果について医療従事者と相談しましょう。



#### ・妊婦に接する機会が多い方

妊婦の夫などの同居の家族、医療機関・学校の関係者の方などは、妊婦に風しんをうつさないために、できるだけ予防接種を検討しましょう。(詳しくは「[5 夫などの同居家族・職場などの周囲の方へ](#)」をご覧ください)

#### ・子育て世代の男女が働く職場の方

大人の風しんの主な感染場所として「職場」が疑われるとの報告もあります。職場内で感染を広げないために、職場での対策も重要となります。(詳しくは「[5 夫などの同居家族・職場などの周囲の方へ](#)」をご覧ください)

#### 風しん予防接種 Q&A

Q1 予防接種や抗体検査は、どこで受けられる？

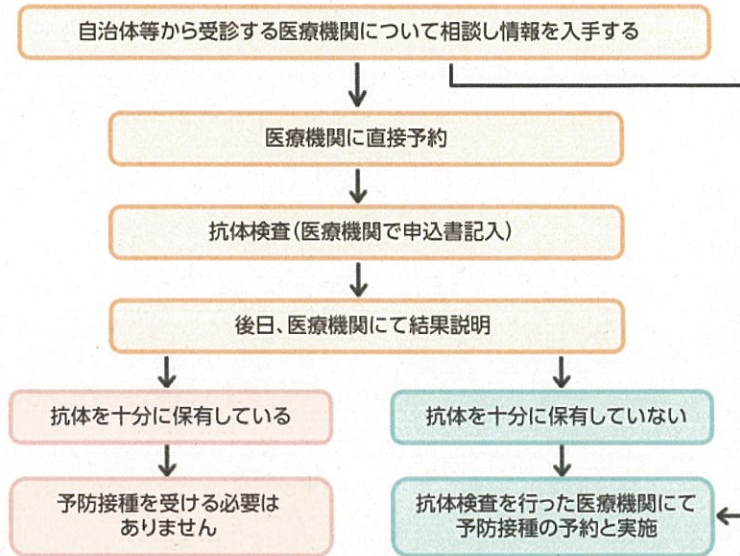
A 予防接種のワクチンは、すべての医療機関で実施しているわけではないため、受診する前には医療機関に確認しましょう。定期接種を実施している小児科などの医療機関はお住まいの自治体で情報を得ることができます。風しんの抗体検査(血液検査)は、多くの医療機関で実施しており、平成26年度は多くの自治体で妊娠を希望する女性やそのパートナーを主な対象として、抗体検査を無料で受けられる取り組みを行っています。詳細についてはお住まいの地域の保健所までお問い合わせください。

#### [お近くの保健所はこちらで検索](#)

抗体検査の結果が分かるまでには、1週間程度かかることが一般的です。検査の結果、すでに十分な免疫を持っている方は、予防接種を受ける必要はありません。

少しでも早く予防接種を受けたい場合は、抗体検査を省略して、予防接種を受けても構いません。すでに免疫のある方が予防接種を再度受けても、特別な副反応が起こるなどの問題ははありません。

<抗体検査・予防接種の流れ>



Q2 風しんの予防接種に使用するワクチンは？

A 風しんの予防接種に使われるワクチンには、風しんを予防する「風しんワクチン」と麻疹と風しんの両方を予防する「MRワクチン」の2種類があります。風しんの抗体価が低い人は、麻疹の抗体価も比較的低い傾向が見られることから、風しんの予防接種を受けられる場合は、麻疹対策の観点も考慮し、麻疹風しん混合ワクチン(以下、MRワクチン)を接種されることをお勧めしています。ワクチンの詳細については、「[キョウコノワクチン\(麻疹・風しん混合ワクチン\)](#)」[PDF]もご参照ください。

Q3 風しんワクチンの予防接種の効果、安全性は？

A 風しんワクチンは1回の予防接種で、約95%の人に免疫ができると考えられています。また、2回接種により確実な予防ができます。風しんワクチンは、副反応が少なく安全性が高いワクチンですが、発疹や赤み、かゆみ、発熱、リンパ節の腫れ、関節痛などの副反応が現れることがあります。風しんワクチン、MRワクチンともに、重篤な副反応はごくまれですが、予防接種を受ける際には医師とよく相談した上で接種を検討してください。

Q4 費用はどのくらいかかるの？

A 予防接種の費用は、自費診療となるため接種する医療機関ごとに異なります。一般的には、MRワクチンで1回あたり1万円程度とされています。また、抗体検査の費用も同様に医療機関や実施する検査の種類によっても異なりますが、一般的には3,000円～5,000円程度で実施されています。[3. 風しんを予防するには]の囲みで述べたように、多くの自治体では助成があります。

▲ [Index](#)へ

**4 妊娠を希望する女性の皆さんへ**  
 ~赤ちゃんを守るためには、妊娠する前に予防接種を受けておくことが大事



現在、20代～40代の女性の約15%は、風しんに対する十分な免疫を持っていないとみられています。妊娠中に風しんに感染した場合、生まれてくる赤ちゃんが先天性風しん症候群になってしまう危険があります。

未来の赤ちゃんを先天性風しん症候群から守るためにも、積極的に抗体検査や予防接種などの予防対策を検討しましょう。

妊娠中は予防接種を受けることができないため、妊娠する前に予防接種を受けておくことが重要です。妊娠中の風しんの予防接種は避け、予防接種を受けてから約2か月は、妊娠を避けるようにしてください。



妊娠中の方で、風しんに対する十分な免疫がない方は、風しんの感染を避けるために、次のようなことに注意して生活してください。

- ・妊娠中はできるだけ人混みを避ける  
 人混みの中では、風しんウイルスに感染するおそれがあります。特に妊娠中(妊娠20週ごろまで)に感染すると、先天性風しん症候群を発症するリスクがあります。妊娠初期ではそのリスクが高くなるため、特に注意してください。

### ・夫や同居している家族はすぐに予防接種を検討する

家庭内での風しん感染を防ぐために、夫や家族はできるだけ速やかに予防接種を受けることを検討しましょう。

### ・自分や家族、職場の人などが風しんに感染したら、かかりつけの医師に相談する

妊娠中、自分に発疹が現れるなど、風しんを疑う症状があったときは、まず、電話でかかりつけの産科医に相談しましょう。万一、風しんにかかっていた場合、事前連絡をせずに、直接、医療機関を受診すると、ほかの妊婦にうつしてしまうおそれがあります。

家族や職場の人が風しんにかかったときは、症状が現れていなくても、自分も風しんに感染している可能性がありますので、受診の前に医師に電話で相談してください。

### ・出産後、できるだけ早く、予防接種の検討を

出産直後に子どもをつくる予定がない場合でも、また妊娠する可能性があります。また、生まれてきた子供や他の妊婦への感染源とならないように、予防接種を検討しましょう。授乳中でも風しんの予防接種を受けることができます。

詳しくはこちらをご覧ください。

・厚生労働省リーフレット(結婚編)[PDF]



[▲ Indexへ](#)

## 5

### 夫などの同居家族・職場などの周囲の方へ

～妊婦さんに風しんをうつさないために、みんなが予防接種の検討を



平成24年から25年にかけての風しんの流行では、特に20代～40代の男性の患者数が多く、女性では20代に多くみられました。また、感染が疑われる場所として報告が多かったのは「職場」でした。

感染が広がる背景には、風しんに感染しても、軽症だったり症状が出なかったりすることが多いことがあります。そのため、風しんにかかった人が知らないうちに、同居の家族や職場などの周囲の方に風しんウイルスをうつしてしまう可能性があります。

妊娠中の女性は予防接種を受けられないため、免疫をもたない妊婦への風しんの感染を防ぐためには、夫や家族、職場の人たちが、風しんにかからないように理解を深め、予防を検討しておくことが重要です。予防対策を検討しておくことは、風しんでまれに生じる合併症を予防することにもなります。

もし、風しんにかかってしまった場合は、医師や勤務先の上司などと相談した上で、感染を周りに広げないような対応を検討しましょう。感染性がある期間にやむを得ず外出する際は、マスクを着用し、人混みを避けましょう。



なお、今回は、大人の風しん予防対策を中心に説明しましたが、子ども向けの予防接種も大事です。子どもがいる家庭では、1歳児と小学校入学前1年間に行う「風しん」「麻疹(はしか)」の定期予防接種を受けさせましょう。多くの市区町村で、無料で受けることができます。

予防接種の実施医療機関については、お住まいの地域の自治体にお問い合わせください。

詳しくはこちらをご覧ください。

・厚生労働省リーフレット(職場編)[PDF]



[▲ Indexへ](#)

<取材協力:厚生労働省 文責:政府広報オンライン>

「お役立ち情報」では、国の行政施策の中から暮らしにかかわりの深いテーマ、暮らしに役立つ情報をピックアップし、分かりやすくまとめて提供しています。

## 関連リンク

- [厚生労働省「風しんについて」](#)
- [厚生労働省「麻疹・風しん」](#)
- [風しんQ&A\(国立感染症研究所\)](#)

## みなさまのご意見をお聞かせください

Q1.この記事をご覧になっていかがでしたか？

- 1 わかりやすかった  2 まあまあわかりやすかった  3 ややわかりにくかった  4 わかりにくかった

Q2.この記事は役に立ちましたか？

- 1 役に立った  2 まあまあ役に立った  3 あまり役に立たなかった  4 役に立たなかった

[\[確認\]](#)

### 政府広報一覧

- [スポットCM](#)
- [ラジオ番組](#)
- [ラジオ番組「Weekly ニッポン」](#)
- [音声広報CD「明日への声」](#)
- [点字・大活字広報誌「ふれあいらしんばん」](#)
- [新聞広告](#)
- [雑誌広告](#)
- [海外広報誌「Highlighting JAPAN」](#)
- [パンフレット](#)
- [東日本大震災関連](#)
- [障害者支援関連リンク集](#)

### 各府省の広報から

- [トピックス](#)
- [週間ピックアップ](#)
- [イベント・募集](#)
- [広聴活動](#)
- [国政モニター](#)
- [世論調査](#)
- [広報資料](#)
- [月間・週間](#)
- [政府刊行物月報](#)
- [キッズページリンク集](#)

- [政府広報オンラインについて](#)
- [当サイトをご利用になる方へ](#)
- [政府広報に関するご意見](#)
- [プライバシーポリシー](#)
- [サイトマップ](#)

### ご案内

- [政府広報オンラインについて](#)
- [当サイトをご利用になる方へ](#)

### 車座ふるさとトーク

- [サイトマップ](#)
- [政府広報に関するご意見](#)
- [プライバシーポリシー](#)
- [RSS](#)
- [アクセシビリティ閲覧支援ツール](#)

内閣府大臣官房政府広報室 当サイトに掲載された写真・動画・データ等の無断転載を禁じます。

## 政府広報一覽

「暮らしのお役立ち情報」以外に内閣府大臣官房政府広報室が企画・制作した各種政府広報をメディア別に紹介しています。

### ラジオ番組

平成26年6月14日・15日放送

## Weekly ニッポン!!

ストリーミング再生

油断できない 風しんの危険性



#### 放送日

平成26年6月14日(土)  
平成26年6月15日(日)  
放送局によって日時が違います

#### 時間

11分03秒

#### 内容

一昨年から昨年にかけて、成人男性を中心に「風しん」が流行しました。これは妊婦さんが感染すると、おなかの赤ちゃんに障害を与えてしまうこともある危険な病気です。そもそも「風しん」は、風邪と同じように鼻水や唾が飛び散ることで感染するウイルス性の病気。感染すると、発症しなくても知らないうちに周囲の人を感染させてしまうことも・・・そんな「風しん」の危険性と予防について厚生労働省の氏家無限さんに伺います。

#### 配信終了予定日

平成27年6月13日

### 政府広報一覽

[スポットCM](#)

[ラジオ番組](#)

[ラジオ番組「Weekly ニッポン!!」](#)

[音声広報CD「明日への声」](#)

[点字・大活字広報誌「ふれあいらしんばん」](#)

[新聞広告](#)

[雑誌広告](#)

[海外広報誌「Highlighting JAPAN」](#)

[パンフレット](#)

[東日本大震災関連](#)

[障害者支援関連リンク集](#)



### 政府インターネットテレビ

政府の重要政策から、身近なお役立ち情報まで動画でわかりやすく紹介します。

### 週間アクセスランキング

毎日更新 6月30日現在

[短編マンガ「合法とって売られている薬物の、本当の怖さを知っていますか？」](#)

[薬物対策](#)

[なくそう、職場のパワーハラスメント](#)

[合法とって売られている薬物の、本当の怖さを知っていますか？](#)

[知っておきたい認知症のキホン](#)

[B型肝炎特別措置法に基づく給付金などが支給されます](#)

[食中毒予防の3原則](#)

["合法ハーブ"は危険な「違法ドラッグ」絶対！に手を出さないでください！](#)

[アメリカに渡航する方へ、「ESTA」の事前申請をお忘れなく！](#)

[食中毒を防ぐ3つの原則・6つのポイント](#)

### 暮らしのお役立ち情報

[特集](#)  
[お役立ち情報](#)  
[おすすめ動画](#)

### 政府広報一覽

[スポットCM](#)  
[ラジオ番組](#)  
[ラジオ番組「Weekly ニッポン!!」](#)  
[音声広報CD「明日への声」](#)

### 各府省の広報から

[トピックス](#)  
[週間ピックアップ](#)  
[イベント・募集](#)

### ご案内

[政府広報オンラインについて](#)  
[当サイトをご利用になる方へ](#)