

とくべつごう ほけんだより特別号

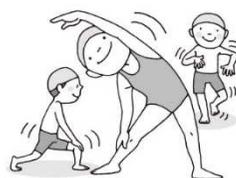
おうちのひとといっしょに
よみましょう♪

2023年6月
耳原小学校 保健室

すいえいがくしゅう いよいよ 水泳学習がはじまります♪

6年生のみなさん、プールをきれいにそうじしてくれてありがとう！みなさんのおかげで、無事にプール開きをむかえることができます。

みなさんが元気に水泳学習に取りくむことができるよう、ほけんしつからお願いがあります。水泳は全身運動なので体力をととても使います。**はやね・はやおき**をして体調をととのえておきましょう。**朝ごはんはぜったい**に食べてきてくださいね。



しっかり準備運動を
しよう



爪をきり、耳そうじを
しておこう

→お友達や自分がけが
をするのをふせぎます。



目・耳・鼻・皮ふの病気が
ある人は治療しておこう



感染症になることが
あるので人のタオルは
使わない



具合が悪くなったら
すぐに先生に言おう
→がまんしないでね。



毎日学校にお茶をもってこよう。
こまめにお茶をもう
→熱中症になるのをふせぎます。

「アタマジラミ」を していますか？

アタマジラミは1年中発生しますが、ぬれた頭をふく等で髪を触る機会が増える水泳学習の時期は特に発生頻度が高くなると言われています。アタマジラミについて正しく認識していただき、各ご家庭でお子様の頭部の健康観察を行っていただくようご協力よろしくお願ひ致します。アタマジラミは不潔だから発生するというものではありませんので誤解のないようお願い致します。

アタマジラミとは・・・

頭部に寄生し、血を吸われたところにかゆみがでます。頭が触れあったり、くしやタオルを共有することで感染します。また、タオル・ぼうし・まくらなどで家族に感染することもあります。卵の大きさは0.5ミリで白く、髪にしっかりと固着しており、フケや皮脂のかたまりと見間違えやすいです。成虫は2～4ミリの褐色で、頭髪について衣服には移りません。

疑わしい兆候

- 子どもがやたらと頭をかか（激しいかゆみ）
- 髪の毛にポツポツ白いものがあり、手ではらっても取れない

卵のつきやすい場所

頭髪のわけめ、中心部、耳のうしろ

発生したら・・・

- 髪を短くする
- 目の細かいくし（すきぐし）でよく髪をとく
- 髪についている卵はひとつずつ丁寧にそく
- まくらカバー、シーツ、タオル、下着を毎日とりかえてきれいに洗う（共用しない）
- 布団は頻繁に干し、できるだけ日光に当てる
- 市販の薬で駆除できます（スミスリン・パウダー、スミスリンシャンプー）



まずはご家庭で、お子さんの頭をよく観察してあげてください。
くしやタオル・スイミングキャップの貸し借りをすると、感染の原因になりますので、プール前に必ずチェックをお願いします。もし、アタマジラミが見つかった場合は学校へご連絡ください。
かゆみがあるのにアタマジラミの成虫や卵が見つからない時は、他にも原因があると考えられますので皮膚科に相談してください。