



けんこうでつよい子



令和8年5月1日 杉並区立高井戸第三小学校 保健室

新学期が始まってもうすぐ一ヶ月になります。お子様の様子はいかがですか？ 心身ともに疲れも出るころです。朝、起きたがらない、お腹や頭が痛いと言うなどお子様の訴えなどお気づき、お困りの点がございましたら、担任や、保健室にご相談ください。

アタマジラミの報告がありました

～不潔でうつっているわけではありません。子どもたちの誰もがもらう可能性があります～

アタマジラミの形態と生態

■卵の特徴・大きさは約0.5mm×0.3mmの楕円形・色は少し透けた艶のある乳白色・糊付けしたように髪にしっかりついていて、爪でしごかないと取れません。・約7～10日で孵化し、幼虫になります。

■成虫の特徴・大きさは2～4mm・体の色は褐色から灰白色、吸血後赤く見えますが次第に黒っぽくなってきます。・寿命は約1ヶ月・雌雄ともに頭皮から吸血します。・卵を一生の間に約100個、1日約5～6個、頭髮の根元近くに産み付けます。・光を嫌い、髪の毛の中に隠れています。・人から離れると約7時間～3日間で死ぬといわれています。



アタマジラミを見つけたら、
駆除とともに学校に連絡
をお願いいたします。

耳の後ろや頭皮を十分にシャンプーし洗い流した後、よくブラッシングし、髪がまだ湿っていてもつれていない状態で専用すきグシを使用します。一旦、頭全体をすいた後、髪の毛を1回2～3cmの幅になるように小分けしながら、専用グシで髪の毛の根元から毛先まですきとります。すきとったら1回ごとに容器に入れた水の中ですすぎます。こまめに光にかざし、クシに卵などがついていないか確認してください。髪を乾かした後、卵が残っていないかどうかチェックしてください。これを毎日行うことにより、数日間程度で駆除できます。

見つけやすい場所



耳の周囲

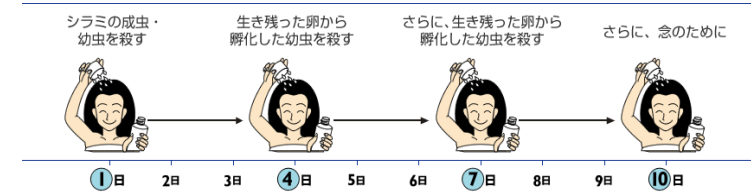
えりあし

感染ルート

○共用したり貸し借りすることにより、次の物を介してうつることがあります。帽子・ヘアカラーゴム・スカーフ・マフラー・クシ・ブラシ・衣類等○添い寝したり共用したりして、次の物を介してうつることがあります。寝具類・枕・シーツ・ベッド等○子ども同士が頭を触れ合って遊ぶことによりうつることがあります。○集団生活や集団昼寝などで寄り添った時うつることがあります。○子どもたちがごろごろ横になったりする部屋でうつることがあります。○バスや電車などのソファを介してうつることがあります。○髪が触れるほど混雑したバスや電車ですうつることがあります。○プール水中では髪の毛にしっかりしがみついています。スイムキャップをかぶっているため、プール内では感染しにくいようです。むしろ、更衣室での着替えのときにうつる可能性が考えられます。

アタマジラミ対策対応マニュアル 世田谷区世田谷保健所

専用のシャンプーで洗います。薬局やインターネットで購入できます



ハンカチを持ってきましょう



先日の火災の避難訓練の際に、ハンカチを持ってきている子が少なかったと校長先生からお話がありました。ハンカチは手を洗った後の清潔を保ったり、汗をかいて拭いたりする以外にも大切な役割があることをご家庭でもお話しいただき、毎日必ずハンカチを持たせてください。

TSFの練習が始まります！

早寝
水分



忘れずに！



保健行事予定

尿検査容器配布日
5/8

| | | | | | |
|---|----|---|--------------------|------------|----------------------|
| 5 | 7 | 木 | 耳鼻科 | 2・4・6年 | 8:45～ |
| | 11 | 月 | 午前 尿検査一次 脊柱側彎健診 | 全学年 5年 | 9:00までに保健室 13:30～ |
| | 12 | 火 | 尿検査一次追加 | 5/11未提出者 | 9:00までに保健室 |
| | 13 | 水 | 視力 | 1年 | 1～4校時 |
| | 14 | 木 | 耳鼻科 | 1・3・5年 | 8:45～ |
| | 15 | 金 | 心臓検診 | 1年・該当者・帰国者 | 8:45～ |
| | 26 | 火 | 内科検診 | 1・6年 | 13:30～ |
| | 29 | 金 | 尿検査2次 | 該当者・1次未提出者 | 9:00までに保健室 |