



保健だより 5月号

仙台市立中野栄小学校 2016. 5. 2



新学期がスタートして1か月が経とうとしています。緊張して生活していた子供たちですが、そろそろ体や心の疲れが出るところです。ご家庭で十分な休養をとり、お子さんの話をゆっくり聴いてあげてください。また、体調を崩している児童も多いようです。インフルエンザA型・B型や流行性耳下腺炎（おたふく）も出ています。規則正しい生活を心がけ、手洗い・うがいで予防しましょう。

5月の保健目標

体や身のまわりをきれいにしよう。

爪切り

清潔な下着を

髪とかし

入浴



ハンカチ・
ちり紙を忘
れずに

様々な感染症を防ぐためには、手洗い・う

がいはもちろんのこと、体や身のまわりを清潔に保つことが大切です。5月から毎週月曜日に清潔検査を実施します。ハンカチ・ちり紙は持ってきているか、爪は短く切っているかを調べます。ご協力よろしく願いいたします。



5・6月の健康診断

尿二次検査

5月6日(金) 対象者
5月9日(月) 予備日

心臓病検診(心電図検査)

5月19日(木) 1年

歯科健診(前半)

5月25日(水) 1・2年

5月26日(木) わかくさ・4年
・5の1・5の2

眼科健診

5月31日(火) 全学年

歯科健診(後半)

6月 1日(水) 3年

6月16日(木) 5の3・6年

内科健診・結核健診・運動器健診

6月 7日(火) 2・4・6年

6月14日(火) 1・3・5年

耳鼻科健診

6月23日(木) 1・3・5年

アタマジラミにご注意ください。



アタマジラミは、頭髮の中に住み、頭皮から吸血します。そのため、頭がかゆくなり、ひどいと炎症を起こすこともあります。頭髮と頭髮の直接の接触で誰にでも感染します。

アタマジラミの体長は2～4ミリで灰色か灰褐色、1週間ぐらいで頭髮に産み付けられた卵からかえります。卵は楕円形で上端に蓋があります。フケ（ヘアークャスト）は髪の毛の周りに筒状についていますが、卵は髪の毛の片側だけにくっついていて、茶色のものは幼虫がまだ入っていて、白いものは卵の殻です。



〈見つけ方〉

卵の方が見つけやすいです。

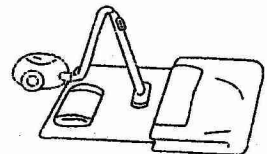
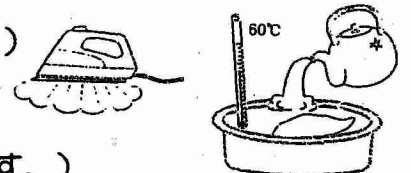
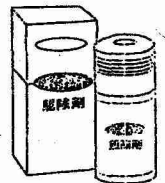
1. 頭をかゆがっていませんか？
2. 吸血されたあとはありませんか？
3. 卵はフケと違い、はらってもとれません。（爪でしごくをとれます。）
4. 卵は髪の毛の生え際から2.5cmぐらいの所に産み付けられています。耳際や襟足、また、髪の毛をかき分けてみると見つかります。（髪の毛の表面に産み付けることは少ないです。）

〈日常生活の注意点〉

1. 髪をよく洗う。大人が仕上げ洗いをしあける。
2. くしでよく髪をすく。
3. 側頭部や後頭部の髪の毛を定期的に見る。（とくに耳際や襟足）
4. 枕カバー、シーツ、タオル、下着などをこまめに洗濯する。
5. タオル、帽子、くし、ブラシ、スカーフなど、直接、頭や体に触れるものは共用しない。

〈見つかった場合の対処方法〉

1. スミスリンパウダー、またはスミスリンシャンプーを皮膚科、または薬局でご購入の上、家族全員で駆虫してください。2週間程度かかりますが根気強く駆虫してください。
2. すぐに、学校にも連絡してください。プライバシーは必ずお守りします。
3. 枕カバー、シーツ、タオル、下着類は毎日取り替え、熱湯消毒してから洗濯してください。（漂白剤を使う、アイロンがけをするなども良いようです。）
4. 寝具や布団表面、部屋も毎日掃除機で掃除してください。（アタマジラミは頭から落ちて3日ぐらいは生きています。）
5. 給食当番の際は給食帽を熱湯消毒してから洗濯してください。



※体育帽子・体育着を持ち帰らせたときは、洗濯をお願いいたします。

※ご不明な点などございましたら担任または養護教諭今野までご連絡ください。