



ほけんだより



2019. 7. 1

No.4

共栄小学校 保健室

気温も上がり、だんだんと夏らしい暑い日が増えてきました。学校では水泳学習が始まっています。水泳学習終了後は、子どもたちは自分で思っているよりも体力を消耗していますので、夜はたっぷりと睡眠をとって体力回復に努めるよう、ご家庭でも配慮していただければと思います。



アタマジラミに気を付けましょう



例年、水泳学習が始まる時期になると、市内では「アタマジラミ」発生の情報を耳にすることが多くなります。学校では、これまでと同様、衣服やバスタオルがほかのお子さんのものと接触しないようにするなどの予防をしていますので、ご協力をお願いします。



* 卵とフケの見分け方 *

指で挟んでひっぱります。卵は髪の毛にはりついて、なかなか動きませんが、フケだと簡単に動きます。

★アタマジラミの卵の見分け方

卵



髪にしっかりくっつき、
なかなかとれない

ヘアーキャスト（フケの一種）



指で簡単に
取り除ける

★アタマジラミの卵が見られやすい場所



※卵は髪の毛の根元近くに産みつけられています。

アタマジラミって…？

卵



成虫

人の頭髮について頭から血を吸います。血を吸われるとかゆみがあります。メスは1日に約8個、一生に200個の卵を産みます。卵は約7日間で孵化し、その後7～16日間で成虫になります。成虫の寿命は約1か月です。



アタマジラミ 感染に注意。

☆ プールや体育のあと、
☆ タオルやブラシの貸し借りはやめておこう。



* 学校ではこのようにしています *

- ・水泳帽子・タオル・くしの貸し借りはしない。
- ・学習の前後は、必ずしっかりとシャワーを浴びる。
- ・プールサイドにタオルをかける場合には、袋に入れる。
- ・更衣室では、他の子の服と重ならないよう、自分のプールバッグや袋に入れる。



気を付けましょう！

夏に流行しやすい感染症



夏になると流行しやすい感染症です。出席停止になる場合もありますので、病院で診断された場合は、学校へご連絡していただきますようお願いいたします。



ヘルパンギーナ

急に39℃前後の高熱が出て、のどの奥に1～2mm ほどの水泡ができる夏かぜの一種です。のどの痛み、食欲不振、頭痛など、かぜの症状が見られます。熱は2～3日で下がりますが、水泡がつぶれてただれたように、ひどく痛みます。水泡は1週間ほどで治まりますが、その間、脱水症状を起こしやすいので注意しましょう。

手足口病

手の平や足の裏、口の中に米粒大の水泡ができる夏かぜの一種です。原因となるウイルスは、コクサッキーA群など数種類あるため、一度かかっても、またかかることがあります。37～38℃の熱が出ることもありますが、高熱は続きません。1週間ほどで症状は回復します。まれに髄膜炎を起こすことがあるので、嘔吐やけいれんが見られたら、すぐに病院で受診しましょう。



とびひ

黄色ブドウ球菌などの細菌による感染症です。虫刺されや湿疹などをかいた後、細菌感染し、膿をもった水泡ができ、それがつぶれてジュクジュクした汁を持つようになります。かゆみが強く、その部分を触った手でほかの部位をかくことで、次々と菌が広がっていきます。感染力が強いため、タオルなどの共有はさけましょう。

プール熱(咽頭結膜熱)

アデノウイルスによる感染症で、急に39℃前後の熱が出ます。のどの痛みや白目の充血、目やになど結膜炎の症状も出て、目をかゆがり、首のリンパ節も腫れます。症状は1週間ほどで自然に治まります。タオルや枕の共有はさけて、手洗い・うがいをしっかりしましょう。



医療券について

就学援助を受けている方で、夏休み中に医療券で歯などの治療を予定されている場合は、1学期中に「医療券申込書」を使用し、終業式前日(7月24日)までに申し出をしてください。よろしくお願いします。

