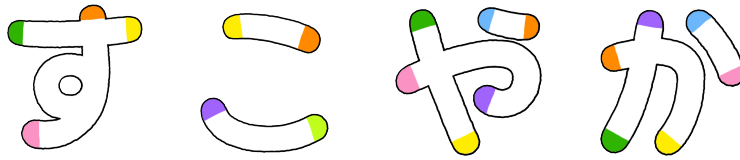


ほけんだより



札幌市立
平岸小学校
令和8(2026)年
5月12日

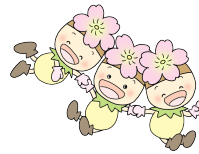
『ハンカチを持ってきて、石けん手洗いの後に手をふきましょう』

睡眠時間と朝食をとって元気に過ごしましょう



昨年より早く、グラウンドの八重桜が色鮮やかに咲きました。
20度以上の気温になる日が多くなりましたので、気温に合わせて調節できる服装や裾の細いズボンなど運動しやすい服装で登校させていただきますようお願いいたします。

札幌市内では、『溶連菌感染症』、『感染性胃腸炎』が流行しています。
夜はたくさん眠って、朝食は必ず食べましょう。
《小学生は少なくとも9時間の睡眠が必要とされています。》



＜4月の出席停止の感染症＞

溶連菌感染症 7名
水痘 1名

★ご報告ありがとうございました

5・6月も健康診断があります

- ★準備や提出など、ご協力をどうぞよろしくお願いいたします。
- ★ご相談などありましたら、ご連絡ください。
- ★専門医への受診が必要ない場合は、健診・検査の結果をお知らせいたしませんので、ご了承ください。

5月13日(水) 尿検査(第2回)(対象の方に、お知らせいたしました。)

5月21日(木) 眼科健診(1・4年生)

5月27日(水) 尿検査(第3回)
(対象の方に、お知らせいたします。)

【眼科健診】

★髪の毛が目にかからないような髪型をお願いします。



【聴力検査】★養護教諭が検査します



6月2日(火) 聴力検査(なかよし学級の1~5年生)

6月4日(木) 内科健診①(1・5年生、なかよし学級)

6月5日(金) 聴力検査(3年生)

6月8日(月) 聴力検査(2年生)

6月9日(火) 聴力検査(1年生)

6月10日(水) 聴力検査(5年生)

6月11日(木) 内科健診②(2・6年生、4日未検者)

6月12日(金) 聴力検査(4年生抽出者、1~3・5年生再検査)

6月18日(木) 内科健診③(3・4年生、4・11日未検者)

【内科健診】

★上半身裸になります。待っている時に羽織る「バスタオル」を持たせてください。

4月の健康診断に関わって、たくさんご協力いただき、ありがとうございました。

視力検査でお知らせが必要なお子さんには、お知らせ用紙をお渡ししました。定期的に通院されている方は次回通院の際に用紙を持参していただいて構いません。歯科健診の結果は、健診後 21 日以内にお渡しするように準備を進めています。何かありましたら、お問い合わせさせていただきますようお願いいたします。



髪に寄生する「アタマジラミ」を予防しましょう

札幌市内でも「アタマジラミ」の感染が増えていて、注意が必要です。

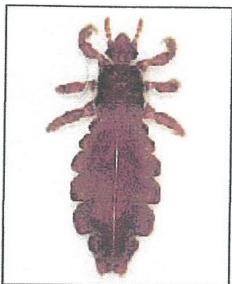
「アタマジラミ」は清潔にしているても、誰でも感染する恐れがあり、日常的にお子さんの髪の毛を点検するなどの対策が必要です。

成虫（体長2～4mm位で黒っぽい灰色）が髪の毛につくと、頭皮から吸血するので、症状は頭の痒みです。成虫は動きが速く見付けにくいですが、卵（2mm以内で光沢のある乳白色）は、成虫より見付けやすいものです。また、卵は頭皮に近い髪の毛にくっつき、指でひっぱっても取りにくいものです。

もしも「アタマジラミ」になったときは、学校までお知らせくださいますようお願いいたします。

頭ジラミはこんな形をしています

成虫



実際には成虫は黒みがかった灰色に見えます。とても早く動き回ります。大きさは2～3mm



実際には透明に近い灰色に見えます。成虫よりも見つけやすいです。大きさは1～1.5mm

髪の毛

卵…髪の毛にくっつきやすい

※アタマジラミの詳細は

札幌市 アタマジラミ

で検索できます。



◆「アタマジラミの卵」がないか、洗髪時などに定期的に、髪の毛を点検しましょう。

※フケは指でつまむと簡単に動きますが、アタマジラミの卵は、なかなか動きません。

◆洗髪後は温風ドライヤーで髪の毛を乾かしましょう。

※60℃以上の熱処理で、成虫は死んでしまい、卵は孵化できなくなります。

◆ハンカチやタオル、くし、帽子などの共用は避けましょう。

※頭と頭の接触や、頭に触れるものを介して、成虫が髪の毛につきます。

花粉症の症状が出やすい季節です



シラカンバやハンノキの花粉症による症状～「目の痒み・充血」、「鼻水・鼻づまり」、「喉の違和感・咳」～が出やすい季節になりました。

花粉症の症状は、風邪の症状に似ていますが、症状が一週間以上続いて発熱がない場合は、花粉症の疑いがあります。

症状が辛い場合は、専門医に、ご相談されることをおすすめいたします。