

# ほけんだより7月

令和2年 7月29日  
練馬第三小学校 保健室

急な発熱や咳、胃腸炎、溶連菌感染症が増えてきました。夏休みは、元気に過ごしたいですね。

## アタマジラミとは

アタマジラミが流行  
する季節になりました



アタマジラミは、人の頭髮に寄生して、頭皮から血を吸って生きています。アタマジラミの卵は、直径0.5mmほどのだ円形です。成虫の寿命は1か月で、毎日数個の卵を産み付けます。また、不潔とは関係なく、清潔にしている場合でも感染しますので、アタマジラミに感染したと分かったら学校に必ずお知らせください。

## アタマジラミの予防

子供は、汗っかきですので、毎日丁寧にシャンプーをして、お子さんが、頭をかゆがっていたらアタマジラミに感染しているかもしれませんので、一度時間をかけて、お子さんの頭髮を見てあげてください。耳の後ろやうなじや頭頂部につやのある白い涙型のものがついていたら、卵かもしれません。アタマジラミの卵は、スミスリンシャンプーでは、駆除できませんので、卵は、はさみで髪を切り、ビニール袋に入れて燃えるゴミで出してください。

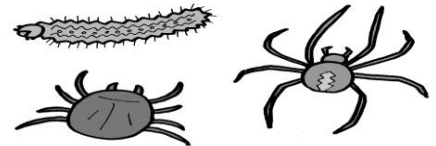
成虫は駆除できますので、用法に従って、何度かご使用ください。

駆除できるまで、帽子や枕カバーは、アイロンがけをするといひそうです。

スミスリンシャンプーで完全に駆除するためには、所定量を二日おきにシャンプーします。すき櫛がついていますので、シャンプーと併用して、髪をとかしてあげてください。洗髪後のドライヤーは、予防につながりますので、習慣化できるとよいと思います。

## 保護者の方へ ～虫による健康トラブルについて～

これから夏にかけて、海や山でのレジャーなど自然と触れ合う機会が増えると思いますが、同時に虫たちが活動的になる時季でもあります。例として近年問題になったものをご紹介します。



### ●チャドクガ

幼虫・成虫ともに毒針毛があり、触れてから2～3時間で赤く腫れ上がって痒くなり、発熱やめまいが起きることもあります。

### ●マダニ

ヒトの皮膚を咬んで血を吸う際に様々な感染症を媒介します。また、いったん咬みつくと1～2週間ほど離れません。

### ●セアカゴケグモ

メス（体長1cm前後、オスよりも大きい）だけが毒を持ち、咬まれた部位に激しい痛みを感じます。さらにその後、腫れ、痛み、発汗、発熱などの全身症状が現れます。

虫による健康トラブルを予防するには、「草むらに入らない」「長袖・長ズボンを着用する」「草の上に直接座らない」「虫除けスプレーを使う」などの対策が有効です。ご家庭でもぜひご留意いただければ幸いです。

## 6、7月の発育測定が、終わりました。平均身長と体重です。

		平均身長 (cm)	平均体重 (kg)
1年	男子	119.1	23.0
	女子	117.0	21.9
2年	男子	125.1	25.7
	女子	123.5	24.1
3年	男子	130.3	28.3
	女子	128.4	27.5
4年	男子	135.5	32.6
	女子	134.9	32.0
5年	男子	140.7	36.2
	女子	142.7	35.1
6年	男子	148.1	39.9
	女子	149.7	40.3

9月の計測は、ありません。次は、1月です。

### 「令和2年度 歯・口の健康に関する図画・ポスターコンクール」 作品募集！

- ① 主催・・・練馬区、公益社団法人練馬区医師会
- ② 対象・・・練馬区内の小学校在籍児童
- ③ 審査部門・・・《図画の部》1～3年生  
《ポスターの部》4～6年生  
《特別支援学級の部》1～6年生

#### ④ 応募に関する注意事項

- ・歯、口に関する図画とポスターであること
- ・画用紙の大きさは、B3(364mm×515mm)  
四つ切(38cm×54cm)  
ただし低学年は、上記以下の大きさでも可能
- ・図画には、標語を入れず絵のみ。
- ・ポスターには、標語を入れる。(例：よい歯でよくかみよいからだ)
- ・「虫歯」「ムシ歯」ではなく、『むし歯』と表記する。
- ・アニメキャラクターや特定の商品名は記載しない。
- ・複数の児童による合作は不可。
- ・作品裏面に小学校名、審査部門、学年、組、氏名(ふりがな)を明記する。

- ⑤ しめきり・・・9月1日(火) 保健室へ

むし歯の予防を訴えるだけでなく、よく噛むことの大切さや食を通した歯、口の健康づくりや口腔機能の健全な育成、歯や口の外傷予防、生涯にわたり健康で安全に生活するための習慣や態度の育成に寄与する内容であること。