

# ほけんだより



令和7年6月30日  
練馬区立豊玉第二小学校  
校長 坪倉 一雄  
養護教諭 齋藤 裕子

## <7月の保健目標> 夏を健康に過ごそう

梅雨の季節です。この時期は、蒸し暑かったり急に寒くなったりと、気温の変化がはげしいので、体調をくずさないように気をつけましょう。1学期は、本校で水ぼうそうに感染した人が約30名報告されています。予防接種をしている人がほとんどですが、感染力が強いためかかってしまう人も多くいます。からだに発疹が出来た時には、注意が必要です。学校感染症にかかった場合には、登校する時に「登校届」が必要になります。学校のホームページのトップページにありますので、フォームでご回答ください。

なつやす おお たいちようふりよう  
**夏休みに多いけが・体調不良は  
こうしたら防げるよ!**

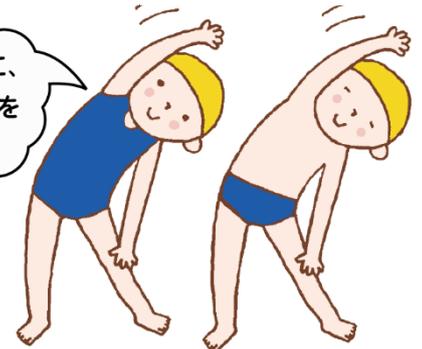


たの あそ  
プールで楽しく遊んでいるとき…



あし  
足をつったり  
してしまうかも!

そうならないように、  
しっかり準備運動を  
しよう!



そと げんき あそ  
外で元気に遊んでいるとき…



むし さ ひや  
虫に刺されたり、  
日焼けをしたり  
するかも!

そうならないように、  
虫よけや日焼け  
対策をしよう!



あそ むちゆう  
つい遊びに夢中になって…



よあ げんき  
夜更かしや、  
ゲームのやりすぎで  
体調をくずすかも!

そうならないように、  
やる時間を  
決めてしよう!



# アタマジラミに気を付けよう!

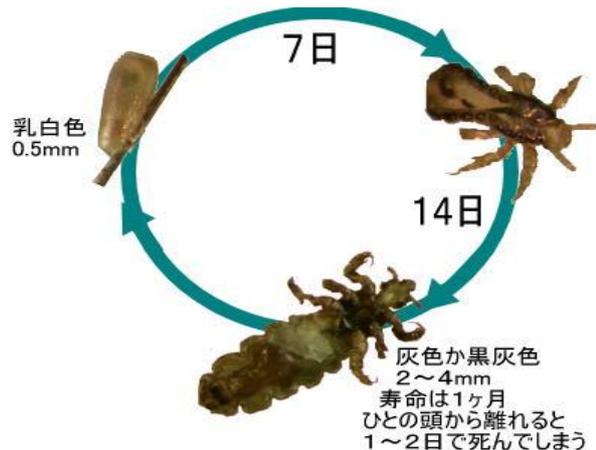
最近、アタマジラミが発生しているとの情報が数件ありました。気が付かずに放っておけば、1個の卵が約3週間で成虫になり、300個の卵を産み付けます。頭髮から落ちたり離れたりした成虫・幼虫が他の人にうつります。また、集団で遊んだり頭を近づけたりといった接触によってうつります。アタマジラミがいるから不潔というわけではありません。

みなさんもお家の人に髪の毛をよくみてもらってください。見付かったらできるだけ早く、小児科や皮膚科の医師や薬剤師に相談し駆除するようにしましょう。

## <アタマジラミの見分け方>

耳の後ろの髪の毛をかき分けて見てください。卵は、ふけのような白いもので、しずくのように一方がふくらんでいます。指でつまんでしごいても、簡単には取れません。

成虫は見付けにくく、髪の毛につかまって頭皮から吸血します。かゆくなることもあります。



参考 東京都福祉保健局 アタマジラミの正しい知識

## <保護者の方へ>

アタマジラミは、頭と頭の接触や帽子・タオル・くしなどの共用でうつることが多く、集団生活をしている学校などでは、うつりやすい状況があります。

1 本日必ずお子さんの頭髮を見てください。アタマジラミの卵等 疑わしい場合は、小児科医・皮膚科医・薬剤師に御相談ください。

2 洗髪は丁寧に髪の毛のつけ根から洗い、ドライヤーで乾かすよう御指導ください。

※アタマジラミの情報は、担任を通して学校にお知らせください。よろしく願いいたします。

6月26日(木)に、学校保健委員会が開催されました。学校医と学校歯科医・保護者の方・学校の教職員が参加をして児童の健康実態を基に、健康づくりに関しての意見を交換しました。御多用の中、参加して下さった保護者の皆様ありがとうございました。

《お知らせ》1学期の健康診断が、ほぼ終了しました。健診関係のアンケート等御提出・御協力ありがとうございました。定期健康診断の記録を配布します。御確認をお願いします。

昨年度より、歯科健診を受けた児童に「良い歯バッジ」が配られることになりました。今回、健診・欠席者健診が受けられなかった人は、歯科医で受診後または、秋の歯科健診(10月9日)後に配布します。保健室までお知らせください。

