

# ほけんだより7月

家庭数配布

令和元年 6月24日  
大泉小学校 保健室

急な発熱や胃腸炎も増えてきました。溶連菌感染症や水ぼうそう、おたふくも継続して発症しています。夏休みまであと3週間！元気に夏休みまでがんばりましょう！

## \* 4年生の歯みがき指導がありました \*

6月20日（木）4年生を対象に「歯みがき指導」がありました。

当日は、学校歯科医の木村先生と養護教諭が、歯の役割やむし歯のできる仕組みや歯についてお話をした後、歯の染め出しをして、鏡を覗きながら自分の口の中を良く観察しました。

木村先生が、一人一人の歯並びにあった磨き方のアドバイスや歯ブラシの持ち方、動かし方など丁寧に指導してくださり、1クラス1時間ずつ全員個別指導を受ける事ができました。



### —4年生の感想より—

- ★朝、歯をみがいてきたけれど、思っていたよりも磨き残しがありおどろきました。
- ★歯磨きは欠かさずやろうと思いました。甘いものを食べすぎない。
- ★歯ブラシの持ち方が、えんぴつ持ちだと、本当にきれいにとれた。家でも学習したことを生かしたいと思いました。細かく磨くと、もっときれいになってすごいと思いました。

- ★いつも歯磨きをしているときに自分の癖があることがわかりました。
- ★奥歯が磨きにくかったけれど、磨けるようになった。
- ★すごく赤くてびっくりしました。けれど、丁寧に磨いたらけっこう落ちて、びっくりしました。
- ★歯は、むし歯になりやすいので、歯を大切にしないといけないと思いました。
- ★歯をきれいにするのにこんなに時間がかかるとは、思いませんでした。
- ★いつも仕上げをしてもらっているけれど、今回の方が磨きやすかったので、今日の学習を生かしたいです。



アタマジラミの流行  
する季節になりました

アタマジラミとは

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、気をつけて見てあげてください。

アタマジラミの卵は、スミスリンシャンプーで、駆除できませんので、用法に従って、何度かご使用ください。卵は、はさみで切り、ビニール袋に入れて燃えるゴミで出してください。

駆除できるまで、体育の紅白帽や枕カバーは、アイロンがけをしてください。（裏面に続く→）

## 保護者の方へ ~プールで気をつけたい感染症について~

- プール熱** いわゆる「夏かぜ」の一種です。発熱、頭痛、食欲不振、全身のだるさとともに喉の痛み、目の充血・痛みがみられます。
- アタマジラミ** 頭部に寄生し、血を吸われたところにかゆみが出ます。清潔にしているにもかかわらず寄生されることがあります。
- 水いぼ** 直径1~3ミリの「いぼ」ができ、中にはウイルス（伝染性軟属腫）を含んだ液体が入っています。痛み・かゆみなどの症状はありません。

これらの感染症で共通する予防法に『タオルを共有（貸し借り）しない』ことがあげられます。プール前日~当日にかけてのお子さんの健康状態のチェックはもちろんですが、忘れものをしないなど、持ち物の管理についてもご家庭で日頃からご留意・ご指導いただければ幸いです。



## 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、お子さんの頭髪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。

アタマジラミに感染したとわかったら、きちんと駆除してください。

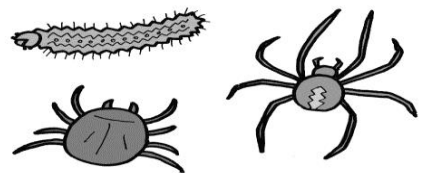
スミスリンシャンプーで完全に駆除するためには、所定量を二日おきにシャンプーします。すき櫛がついていますので、シャンプーと併用して、髪をとかしてあげてください。

見つかりましたら、学校に必ずお知らせください。

学校の給食の帽子もお子さんが使った後は、洗濯をして、アイロンがけをして、次の人が気持ちよく使えるようにして返却をしてくださると、助かります。

## 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、発熱やめまいが起こることもあります。

### ●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。

## 身体計測

9月3日・・・6年生、五組

9月4日・・・3年生、5年生

9月5日・・・2年生

9月6日・・・4年生

9月7日・・・1年生



**体操着を忘れないでね!**