

ほけんだより

五小にもインフルエンザがやってきました

2学期がっきになってから、八王子市内のはちおうじしない小中学校しょうちゅうがっこうで学級閉鎖がっきゅうへいさを行った学校おこなは19校がっこうになりました。五小ごしょうではまだ学級閉鎖は行っていませんが、ひきつづき予防を心がけていきましょう。

インフルエンザのよぼう予防は？

て **手あらい・うがい**



せき、くしゃみがでるときにはマスクをする

すいみん じゅうぶん **睡眠を十分にとる**



3度のど食事しょくじをしっかりとする

もしかしてアタマジラミ？

アタマジラミというのは人間の頭、かみの毛にすみついて、皮ふをチクツとさして血をすいます。1日に5～6個の卵をうみつづけ、7日ほどでその卵がかえるので、あっというまにふえてしまうこともあります。本やゲームをのぞきこんだときなど、頭と頭が直接ふれあうことで感染します。またぼうし、タオルをかしかりすることでうつることもあります。(手でさわったくらいでは感染しません。また、ノミのようにとびはねたり、ハエのようにとんで感染することはありません。)

アタマジラミの感染は清潔不潔とは関係がなく、インフルエンザの流行のように集団生活の中で、気をつけていても感染してしまうことがあります。今は年間を通して過ごしやすい環境になっているので、季節にほとんど関係なく流行します。



おうちの方へ

お子さんの髪の中を見てあげてください。アタマジラミは成虫がいる時にはかゆみがありますが、卵だけついている場合には本人にはわかりませんが、成虫は逃げ足が速く、なかなか見つかりませんが、卵はよく観察するとみつかります。

みつかったら

1. 毎日ていねいに大人の手で洗髪してください。
2. 卵をとってください。(取れなければ一本一本髪をカットしてください。)
3. シーツ、枕カバーにアイロンをかけてください。
4. 駆除薬、駆除シャンプーについては病院または薬局にご相談ください。

卵はフケにそっくり！



アタマジラミの卵は、白っぽく、涙玉状の形をしています。かみの毛にしっかりとくっついていて、指でつまんでつぶれるフケの一種と違って、つまんでつぶれるとかみかたに抜けません。

アタマジラミの卵は毛の根元、地肌に近い所に生みつけられていますので、髪の毛を上げて見てあげてください。

*アタマジラミがよくわからない、駆除方法をくわしく知りたい等ありましたら保健室まで連絡してください。