



～保護者の皆様へ～

6月になりました。この時期は、まだからだが暑さに慣れていないため、急に気温が上がった日や、湿度が高い日などは熱中症になりやすく、特に注意が必要です。睡眠、食事をしっかりとって、元気にこの時期をのりきりましょう。水筒は毎日必ず持ってきてくださいね。



6月4日から10日は歯と口の健康習慣です。

クイズ 歯に「ない」ものは？

ある
髪・肌・つめ

なし
歯

答えは、「再生」。つまり、傷ついたときに自分で復活できるかどうか。髪やつめは切ってもまた伸びてきますね。肌も、少しのケガなら何日か経てば治るのをみなさんも知っていると思います。では、歯は？
乳歯が抜けると、永久歯が生えてきます。でも、人間の歯が生え変わるのはその一回だけ。むし歯になったところを削ったり、ケガで欠けてしまったりすると、その歯は自力で治ったり生え変わったりはしないのです。
みなさんの一生のパートナーになる歯。ずっと一緒にいられるように、大切にしてくださいね。



もうすぐプール学習がはじまります。頭ジラミは夏のプール使用時に発生しやすいといわれていますが、1年を通して発生しています。日ごろから時々子どもたちの頭髪を調べて早期発見・予防に努めていただけたらと思います。

1. 感染経路 ※頭ジラミは、特別なものではありません。清潔にしているでも感染します。

- a. 直接的な感染経路
頭や体を寄せ合って遊ぶ間に、直接感染という形で感染することがほとんどである。身を寄せ合って遊ぶ低学年で集団発生が起こりやすい。また、家庭内感染もある。
- b. 間接的な感染経路
頭ジラミはジャンプして移動はしない。(移動性は低く 1 時間で 20 cm程度といわれている) 衣服・タオル・帽子などを介して感染する。人から離れた頭ジラミは、2・3日は生存する。



2. 調べ方

卵は白いフケのように見えるが、毛にしっかりついてるので手で払ったくらいではとれない。(えりあし耳のあたりに注意) 産み付けられた直後は黄白色、半透明ですが、発育するにしたがい黒くなり、幼虫がふ化すると卵の殻が残り白くなる。頭ジラミの卵は、10日ほどでふ化し成虫になる。成虫は約4週間で300個程度の卵を生む。



3. 症状と害

ほとんど無症状。多少のかゆみを訴える。成虫が頭皮から吸血することで、かゆくなる。

4. 予防

- ①髪は短くする。(女の子の寄生率が高い。これは髪は毛の長さの違いによるものです。)
- ②毎日、シャンプーする。(子どもがうまく洗えないときは、おうちの方が手伝ってあげてください。頭ジラミの発生頻度の高い場所は、洗い残しやすい場所でもあります。)
- ③衣服を清潔にする。帽子、タオル、ブラシは他人と共用しない。

5. 駆除方法(頭ジラミが見つかったら…)

- ①まずは薬局・皮膚科に相談されるのをおすすめ致します。駆除用のスミスリンシャンプーを使用される場合は、使用上の注意をよくお読みください。(パウダー式の駆除薬の場合は、卵には効き目がないので注意!) すきぐしで1本1本しごき、根気よく卵を取り除く必要がある。
※最近では駆除剤の抵抗性をもった頭ジラミも発生し、問題になっています。その場合は、すきぐしを使った物理的な駆除方法に切り替えて下さい。
- ②毎日丁寧にシャンプーする。
- ③下着、枕カバー、シーツ、タオルは毎日取り替え、熱湯処理(55度以上で5分間)をして洗濯する。また、ソファ・じゅうたんは丹念に掃除機をかける。

プールの前日にチェック

- 目・耳・鼻に感染症はありませんか？
- たくさん寝ましたか？
- 忘れ物はありませんか？
- 爪は短く切りましたか？

