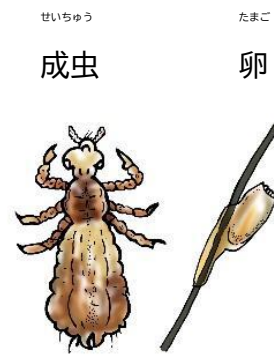


# ちゅうい アタマジラミに注意しよう

アタマジラミとは蚊のように人の血を吸う虫のことで、髪の毛に卵をうんで増え、卵から1週間ほどで成虫になります。成虫は頭皮から血を吸います。アタマジラミに住みつかれると眠れなくなるくらいかゆいです。かきむしると、「とびひ」という病気になってしまうこともあるため、注意が必要です。



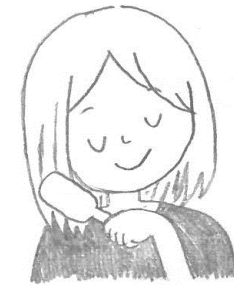
成虫	卵
2~4mmの大きさ。動き回っている。	0.5mmの大きさ。耳の後ろからえりあしに多い。

## 卵の見分け方

アタマジラミの卵	ふけ
つめでごしごしこすらないと取れない	指でひっぱると動く

## もしアタマジラミがいたら、どうしたらよいの？

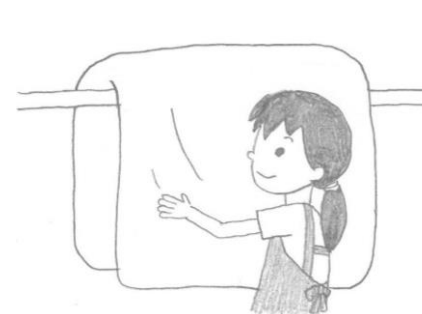
- ① しっかり頭を洗う。
- ② すきぐしてかみの毛をとく



専用のくしがあるよ。

- ③ 使ったシーツを洗濯したり布団をほしたりする

- ④ 薬剤シャンプーを使う



①~④を約10日間続けます。

毎日頭を洗い、清潔にしていともうつることがあります。他の人のタオルやくしを使わないようにしましょう。

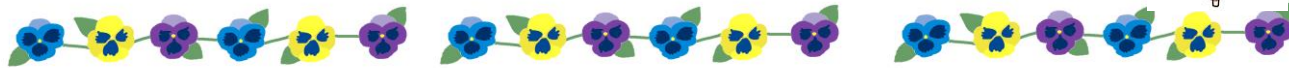
# すくすく元気

五城小学校  
保健室  
6月号  
2023.6.



## みんなのようすから

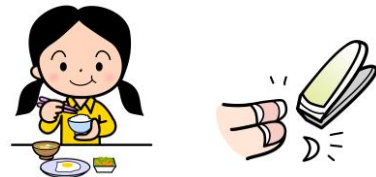
5月の連休明けは、疲れが出たのか欠席の人もいました。また、元気よく外で遊ぶ人が多かったためか、4月に比べてけがで来室した人が増えました。そして、保健室に来た人は、来室の理由をいっしょうけんめい説明しようとしていました。すてき☆  
今は、暑さに身体が慣れていないため、熱中症に注意が必要です。家で十分に睡眠をとり、体調管理に気をつけましょう。



## スイスイがくしゅう はじ 水泳学習が始まります

スイスイ じかん あんぜん す  
水泳の時間を安全に過ごすために、次のことを守りましょう。

- ① 前の日は早めに寝よう。
- ② 朝ごはんをしっかり食べてこよう。
- ③ 朝、うんこをしてから学校へ来よう。
- ④ 手足の爪を切ろう。



## 保護者の方へ

アタマジラミが心配な時期です。アタマジラミの卵はふけのような白い塊として確認できます。アタマジラミは毎日卵を数個産み、それがふ化して幼虫から成虫となり、一気に増えます。そのため、お子さまの頭髪を観察して早期に駆除することが大切です。「子どもが頭をかゆがる」「よく頭をかいている」こと等から見つかることがありますので、お子さまの普段の様子にお気をつけください。よろしくお祈いします。 \*詳しくは裏面に載せています\*

## こんげつ 今月のいいね!

きゅうしょく だいふ よう  
給食の台拭き用のふきんが、使われた後  
せいとん  
整理されて、戻されていました。数日続いたの  
で、「最初に入れた人のまねをして、次々とて  
いねいに入れてくれたのかな?」と不思議に思  
っていたら…。5年生がせいとん  
整理してくれていました。  
た。ありがとう(\*▽\*)



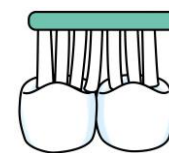
ないかけんしん  
内科検診のときに、おちついてろうか  
いし どうちやく  
医師の到着を待つ3年生です。いいね!

## 6月4~10日は 歯と口の健康週間です

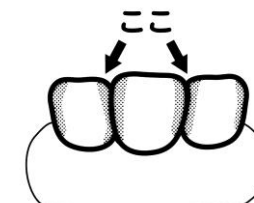


こ 子どもの歯は大人の歯よりもやわらかいためむし歯になりやすく、とくに寝ている間は唾液が少なくむし歯になりやすいです。歯の健康は全身の健康につながるといわれています。この機会に日ごろの歯みがきについて振り返ってみましょう。むし歯をつくるばいきん(ミュータンス菌)は、下のようなどころによくかかっています。かかっているところをねらって歯みがきをしよう。

① 歯のみぞ



② 歯と歯のあいだ



③ 歯と歯ぐきのさかい

