



すくすく元気な東っ子

R7.9 第5号
常滑東小 保健室

2学期がスタートしました！夏休みはどんなことをして過ごしていましたか。楽しい思い出ができた人は、ぜひ教えてくださいね。

2学期は水泳指導や運動会、校外学習や修学旅行など、大きな行事がたくさんあります。病気やけがに気がつけながら、一つ一つを楽しんでいきましょう！



9月の保健目標

「からだをきたえよう」

2学期は水泳指導や運動会練習など、体を動かす活動がたくさんあります。ここでしっかり体力をつけ、かぜやインフルエンザなどの病気がはやる冬の時期にそなえよう！

9月・10月の保健行事



ひ 日にち	ぎようじ 行事	がつきゅう 学級	た その他
9月2日(火)	しんたいそくてい 身体測定 けんき シラミ検査	1の2・4の2・4の4 4の5・5の2～5の4	シラミ検査を行うため、髪をしばっている子はほどいてもらうことがあります。 (前髪～耳裏～えり足にかけて検査します)
9月3日(水)		1の1・1の3・4の1 4の3・5の1・5の5	
9月4日(木)		2の1・2の2・6年生	
9月5日(金)		2の3・2の4・3年生	
9月8日(月)		ひまわり学級	
9月8日(月) ～12日(金)	にこにこ てんけんしゆかん 点検週間	ぜんがくねん 全学年	さいしゆうびもかえいえ 最終日に持ち帰り、家で振り返りをします。
10月6日(月) ～10日(金)	しりよくけんさ 視力検査	きぼうしや 希望者のみ	めがねをかけている人は忘れずに。
10月14日(火) (学校公開日)	おやこしかしどう 親子歯科指導	ねんせい 2年生	とこなめしほけん 常滑市保健センターの しかえいせいしほけん 歯科衛生士さん、保健 し 師さんに来ていただきます。
	がつこうほけんいんかい 学校保健委員会	ねんせい 5年生	

※5年生のシラミ検査は1学期末に実施済みです。

※視力検査を希望する人は連絡帳でお知らせください。

まへ
フールの前に

アタマジラミの確認を!

ひと
おうちの人と
いっしょ
一緒に読もう!

アタマジラミは毎日きちんと髪を洗っていても感染することがあり、頭のかゆみを引き起こします。一度大丈夫であっても、その後感染することもあります。

学校でも検査をしていますが、お子さまの髪の毛（特に耳の周囲～えり足）に白いフケのようなもの（シラミの卵・白色0.5mm大）が付着していないかご家庭でも確認をお願いします。揺らしたり軽くつまんだりして落ちるのであればフケ、指でつまんでも取れない場合はシラミの卵である可能性が高くなります。



アタマジラミに気づいたら...



スミスリン®入り シャンプーを使つての駆除

1 まず髪をぬらし、薬液を頭全体にいきわたらせ、普段シャンプーをするように泡立てます。



2 頭にタオルを巻くなどして、5分間待ちます。



3 5分後、薬剤を十分に洗い流し、目のこまかなすき櫛ですいでください。これを3日に1度ずつ、3～4回くり返します。



アタマジラミとその卵の 駆除用の櫛を使つての駆除

微細な構造のアタマジラミ用の櫛を使用してください。櫛の目が細かく針状で、さらにスクリー状になっている櫛もあります。

1 まず、普段使っている櫛で髪をとかします。

2 続いて、少しずつ髪の毛を小分けにして、髪の毛の根本をおさえ、駆除用の櫛で毛先まですきおろします。卵を物理的にすきとるので、少しずつ動かして毛についた卵を抜き取るイメージで行います。



3 櫛の歯にはさまった卵とシラミは、洗面器にお湯を入れ浸して、爪楊枝等で取り除きます。



4 使用後は櫛をよく洗い乾燥させ保管してください。



くじよ
駆除のために髪を切る必要は
ありません。

気をつけるのはこんなとき

★近い距離で遊ぶ

★一緒のタオルなどを使う

★タオルや服を重ねて置く

↑水泳指導で気をつけたいポイント



アタマジラミが
水の中でうつることは
ありません

