

ほけんだより

= おうちの方へ =

平成 29 年 6 月 9 日 長岡北小学校 ほけんしつ



水泳指導がはじまります。



6月19日（月）に、プール開きを予定しています。学校では安全面・衛生面にじゅうぶん注意しますが、ご家庭でもお子さまの健康状態や衛生状態についてご配慮いただき、安全で楽しい水泳指導が受けられますようよろしくお願いいたします。

★病気の治療を！

現在治療中の病気がある場合は、水泳が可能か主治医にご確認ください。

★症状を悪化させないために！

アトピーのお子さんの場合、プールで症状が悪化する場合があります。主治医にプールに入れるか確認していただくと安心です。

また、これから暑くなり、発汗量が増えます。汗も症状を悪化させる要因です。汗をこまめに拭くようにご家庭でもご指導ください。汗拭きタオルも持たせてください。

★こんな症状のある人はプールに入れません

- ・お腹の調子が悪い時（下痢気味の時）
- ・化膿した傷がある時
- ・しらみが認められる時
- ・人に伝染する病気がある時（目・皮膚など）

★プールカード(健康チェック)記入について

- ・水泳指導がある日は、プールカードを提出してください。
- ・記入については、「記入の仕方について」の説明をお読みください。
- ・月日 体温 朝食 ねた時刻 爪 参加の有無（不参加の場合は理由を記入）
- ・参加・不参加のどちらの場合も、必ず保護者印の押印をお願いします。

（サインや電話での連絡は不可です。）

＝保護者印がない場合は、プールに入ることができません。＝

★頭髪のチェックを！

- ・髪の毛の長いお子さまは、短く切るかゴムでしっかり結びましょう。
（水泳帽に髪の毛が収まらず苦労します。）
- ・プールの時期はしらみが流行しやすくなります。ご家庭でお子さんの頭髪をチェックしてください。

裏につづきます。



チェック方法

- ①頭を電気スタンドで照らしたり、電灯の下の明るい場所で観察します。
 - ②耳の後ろ、生え際、えりあし、つむじの部分を注意深く観察します。
 - ③卵らしき物が見つかったら、指でしごいてみます。髪の毛にしっかりとくっついて、とれないときは、しらみの卵の可能性がります。
 - ④卵の可能性があるときは、小児科、または皮膚科にいて診てもらおうとはっきりします。また、しらみであった場合は、駆除方法を指導していただけます。
- ※ 感染している可能性がある、または、感染していた場合は、学校のご報告ください。
また、学校でも、各クラスで頭髪チェックをさせていただきます。



アタマジラミの基礎知識

アタマジラミは、ノミやカのような吸血昆虫で、成虫、幼虫ともに頭皮から血を吸います。血を吸われた側頭部から後頭部にかゆみが出ますが、寄生直後ではなく、繁殖を始める1か月後くらいから症状がでます。



成虫：ふつうのシャンプーで取り除けます。

卵：髪にしっかりとついていて指で触ってもなかなかとれません。通常のシャンプーでは取り除けません。



ヘアキャスト：頭皮の脂肪などがついたもの。指でも動きますし、シャンプーでとれます。



ヘアキャストは卵と見間違えやすい

アタマジラミのを見つけ方



風呂場、ベランダなどにイスを置き、首から下を風呂敷などでおい、電気スタンドで照らします。

