



ほけんだより

ジョホール

日本人学校

2022年 1月号

新年あけましておめでとうございます。長期休業中の生活から学校生活のリズムに早く慣れて元気に過ごしてほしいです。1月とはいえ一年中暑いジョホールです。水分をこまめにとり汗をかいたらタオルでふく、マスクをつけてソーシャルディスタンスに気を付けるなど、清潔で安全な生活を心がけましょう。



dixta.jp - 81895167

1月の保健行事

10日(月) ①頭じらみ検査

(前日に髪の毛を洗っておいてください。当日の朝は汗で髪が濡れないように注意しましょう。朝荷物を置いたらすぐに保健室に行きます。)

②身体計測(小1～3)

11日(火) ①身体計測(小4・5・6、中)

水泳授業が始まります。

1月11日(火)～毎週火曜日

次の項目に該当する場合は参加できませんので気をつけましょう。

- ①発熱がある。
- ②耳鼻咽喉に病気がある。
- ③目に病気がある。(流行性結膜炎など)
- ④慢性疾患がある。
- ⑤けがが治りきっていない。(すり傷程度は加)
- ⑥医師に禁止されている。

☆手足の爪・髪の毛の始末などに気を付けましょう。

(帽子に髪が収まるようにする)

☆水泳カードを忘れた場合・押印のない場合は参加できません。

☆見学の場合は、体育着・帽子を着用し、プールサイドで見学します。

<フールが始まる前にアタマジラミの検査をします。【1月10日(月)】>
●アタマジラミとは?・・・人の頭に住み、頭皮から吸血します。

★形態 ・卵は0.5mmの楕円形で灰褐色。フケと違って髪にしっかりくっついていて取れにくいのが特徴です。
・成虫の体長は2~4mm。

★生態 ・卵は、毛の根元に産み付けられ、約7日で幼虫、10日で成虫になります。
・成虫の寿命は約1か月、メスは50~150個の卵をうみます。
・頭髪の中で過ごし、幼虫から成虫にかけて、頭皮から吸血します。

★どうして寄生するの?

- ・主に、頭の接触が原因で寄生します。
- ・一緒に寝ている人に移行する場合があります。またタオルや帽子・くしなどの共用も感染ルートのひとつです。
- ・不潔にしていることが原因で感染するわけではありません。

★被害 ・側頭部から後頭部にかけて多く寄生し、吸血が繰り返され行われます。かゆみが生じるのは、吸血する際に唾液を注入し、それによるアレルギー反応が起こるからです。
・掻きすぎで皮膚炎の症状が悪化する場合があります。

★駆除するには

- ・2週間ほど、毎日ていねいに大人が洗髪し、ドライヤーでよく乾かします。
- ・目の細かいクシやブラシで、髪をよくすきます。
- ・卵のついた髪の毛は、切り落とします。
- ・タオル・シーツ・枕カバー・バスタオルなどは、毎日取り換え、熱湯や乾燥機で熱処理後、洗濯します。更に、アイロンをあてると効果的です。
- ・室内を、ていねいに掃除します。
- ・成虫には、薬剤(シラミ駆除剤)が、効果があります。薬局または医師に相談のうえ、使用方法・用量を守り、正しく使いましょう。

<その他>

お弁当の注文の取りまとめを、保健室の先生がやっています。なるべくおつりのないようにご協力ください。