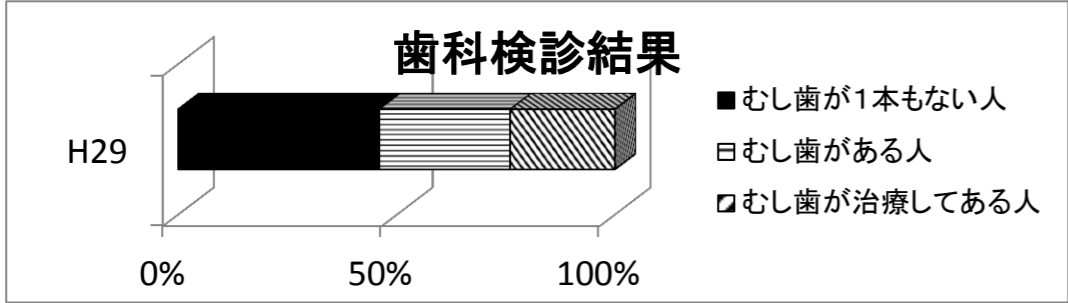


# 6がう ほけんだより

春日部市立  
正善小学校  
保健室  
NO.3

\*ヘアーキャスト  
トは卵と見まちが  
えやすい。

“アタマジラミ”に注意!  
“アタマジラミ”に注意!



上のグラフは、歯科検診結果のむし歯の割合を表しています。むし歯が1本もない人は、全校の46%でほぼ半数の人にむし歯がありませんでした。そして、去年むし歯を治療し、新たなむし歯のなかった人が24%(102人)、今年むし歯があった人は30%(126人)でした。このうち32人の人が、むし歯の治療を終え、歯科健診の結果のお知らせをもどしてきています。素晴らしいですね。あと94人の人も、がんばってむし歯の治療を終えてくださいね。

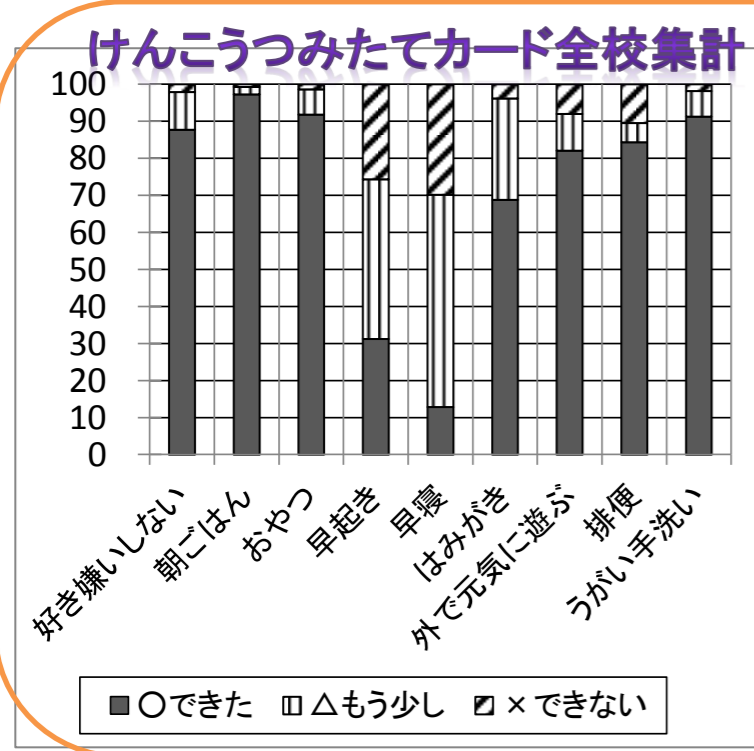
そろそろ“アタマジラミ”が多くなる季節です。“アタマジラミ”とは、ノミや蚊のような吸血昆虫で、成虫、幼虫ともに髪の毛の中において、頭皮から血を吸います。後頭部や耳の後ろのあたりに多くいて、血を吸われると、かゆみが出ますが、寄生直後ではなく、1ヶ月くらいたってから症状が出る人が多いようです。

**成虫**  
ふつうのシャンプーで取りのぞけます。

**卵**  
髪にしっかりとついていて、指で触ってもなかなか取れません。ふつうのシャンプーでは取りのぞけません。

**ヘアーキャスト**  
頭皮の脂肪などがついたもの。指でも動きまわりますし、ふつうのシャンプーでも取れます。

もし“変だな?”と思ったら、皮膚科を受診するか薬局の薬剤師さんに相談してみてください。薬で駆除することができます。(お医者さんや薬剤師さんの指示に従ってください。)



今年度、健康積立カードを実施することになりました。生活習慣を見直し、より健康になればと考えています。お家の方もご協力お願いいたします。

**早起き**  
○・・・6時～6時30分未満  
△・・・6時30分～7時未満  
×・・・7時以降

**早寝**  
○・・・8時～9時未満  
△・・・9時～10時未満  
×・・・10時以降

## 爪が伸びすぎていませんか?

- 爪が爪の役割をきちんとはたしている?
- ① 指先に力を入れる時に支える
  - ② かゆいところをかく
  - ③ 指先を保護する



\* 爪がないと物をうまくつかめません。

衛生検査を5月31日から5日間実施しました。初日と最終日を比べてみました。朝ごはンを食べてこない人は残念なことに増えてしまいましたが、ハンカチ、ティッシュ、爪は減りました。爪が伸びていると、プールで特にケガをしやすくなります。一週間に一度は切るように心がけてください。

単位:人

	1日目	5日目
ハンカチを持っていない	33	26
ティッシュを持っていない	48	28
爪が伸びている	62	12
朝ごはんを食べてこない	3	7