

すくすくだより

2011年



明照保育園

しとしと雨が降る、梅雨の季節ですね。梅雨の時期は、湿度も高くムツとする暑い日もあれば、肌寒く感じる日もあり体調を崩しやすくなりますので、体調管理に気を配りましょう。今回は、不衛生でなくても集団生活の場で発生しやすい「頭じらみ」についてのお話です。

頭に虫!?



かゆ〜い、かゆ〜い「頭じらみ」



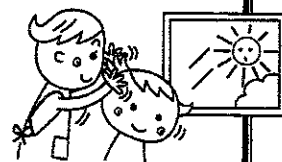
「シラミ」の正体

頭シラミの成虫は2~4mm
 くらいのおおきさで、人の頭皮に寄生し、頭皮から血を吸って栄養補給しながら、毛の根元近くに卵を産みます。血を吸われるため、頭がかゆくなります。1つの卵から・・・なんと!! 1か月で約200匹のペースで増えるため、早く見つけることが大切です!!



シラミの見分け方

頭シラミの成虫はと〜っても動きが早く、見つけるのが大変。そこで、おススメなのは『卵』を探すこと!! 耳の後ろからえりあしあたりによく付着します。
 ※薄暗い所や電灯の光などでは見にくいので、日光の下で髪をかき分けてじっくり見ましょう。
 シラミの卵の特徴 → 『細長い楕円形をしている』『指を滑らせて取ろうとしてもなかなか取れない』『つめでつぶすとプチッと音がする』



撃☆退☆方☆法

頭シラミ専用のシャンプーがあるってご存知ですか?

頭シラミの成虫や卵からふ化した幼虫の駆除にはこのシャンプーがおすすめ!! シャンプーはお手軽に薬局で購入できます。②~③日に1回は家族全員で専用シャンプーを使用しましょう。3~4回使用する頃にかゆみは治まりますが、シャンプーは卵には効果がありません。1か月くらいで卵がすべてふ化して幼虫になるので、その間はシャンプーの使用を続けましょう。



ホームケア

①毎日シャンプー!!

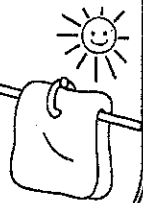
成虫や幼虫は、シャンプーで洗い流すことができます。ただし、子どもでは洗いが不十分。大人が根元までしっかり洗いましょう。

②布団などの寝具類は毎日干して!!

シラミは熱に弱く、40℃を超えると弱り、55℃で死んでしまうので、日光干しと乾燥が効果的。布団乾燥機を使うのもおすすめです。

③衣類や室内を清潔に!!

パジャマなどの衣類も、毎日取り替え清潔にしましょう。干せないときは、広げて風を通すだけでもOKです。お部屋はこまめに掃除機をかけ、カーペットや布のソファは、シラミが潜り込みやすいので、なるべく取り除きましょう。



6月の健診日程

- ★4か月児健診(3~4か月頃)
 毎週火曜日 7・14・21・28日
 受付時間 9:00~10:30
- ★1歳6か月児健診(1歳7~8か月頃)
 毎週水曜日 1・8・15・22・29日
 受付時間 12:50~14:00
- ★3歳児健診(3歳3~4か月頃)
 毎週木曜日 2・9・16・23・30日
 受付時間 12:50~14:00

歯の健康フェスティバル開催!!

- ★日時: 6月5日(日) 9:30~14:30 ※雨天決行
- ★場所: 保健所・保健センター(中野町宇中原「ほいっぴ」内)
- ★対象: 市民のみなさん
- ★内容: お子さんを対象とした「歯科健診&フッ素塗布」あらゆる世代の方を対象とした「フッ素洗口」ピエロ・キャラクターによるパフォーマンスなどなど多彩なブースがありますよ!!

問合せ先: こども保健課 (☎39-9153)

作者のつぶやき...

今年度から保育課にきました新担当の林です!! 新しい環境で毎日ドキドキしています。まだまだ分からないことばかりで不安もある中、何かできるのかなと考えながら日々過ごしています。これから、皆様のご意見や思いをお聞かせいただきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。



豊橋市役所 保育課 保健だより

2011年6月1日

☎ 51-2316