

2月4日は「立春」です。暦の上ではもう春が始まると聞くと、急に春の暖かさが恋しくなってきます。季節は少しずつ春に向かっていきますが、まだ寒さの厳しい日もありますので、油断せずに体調管理に努めましょう。

PICK UP！ 新型コロナウイルス

連日報道されています通り、中華人民共和国湖北省武漢市において令和元年12月に新型コロナウイルス関連肺炎が発生したと報告されました。その後、患者は増え続け、日本を含め世界各国から発生が報告されています。

人に感染するコロナウイルスはこれまで6種類あることが知られていました。うち4種類は咳や咽頭痛をひきおこすウイルスで、上気道炎（風邪）の10～15%はこのコロナウイルスによるものです。残り2種類は深刻な呼吸器疾患を起こすことがあるウイルスで、「SARS（重症急性呼吸器症候群）」と「MERS（中東呼吸器症候群）」として世界的に流行しました。

そして、今回の新型コロナウイルス…。SARSやMERSほどの病原性はない可能性が高いと言われています。様々な報道を見て、心配・不安な気持ちになっている人も多いかと思いますが、風邪やインフルエンザが多い時期であることを踏まえて、咳エチケットや手洗い等、通常の感染症対策を行いましょう。

こころ からだ 心と体 はとてもなかよし

心は目に見えませんが、悩みを抱えていると体に様々な症状が現れます。特に子どもは、感情の言語化がまだできないので、症状として表現されることが多いように感じます。子どもたちの小さな心が大きな悩みでいっぱいになってしまうのです。こんなときは、心も体もリラックスできるような休養の時間を取り、お子さんの話をゆっくり聞いてあげましょう。



こんな
からだ
しょうじょう
体の症状
ちゅうい
には注意

- おなかが痛い
- 食欲がない
- 眠れない
- 落ち着かない
- やる気が出ない
- 人と会うのがめんどろ
- 頭がいたい
- イライラする
- だるい
- 集中できない

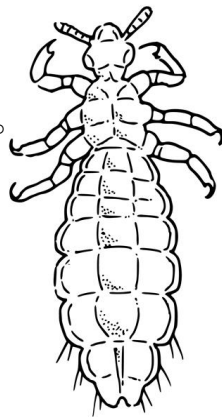
アタマジラミにご注意ください

かねてより注意を呼びかけておりますアタマジラミについてのお知らせです。全国的に感染が広がっているアタマジラミですが、本校でも今年に入ってから数件の発生がありました。「清潔にしているから、うちの子は大丈夫」と多くの方が考えていらっしゃると思いますが、清潔であることは感染に関係なく、だれにでもうつってしまうものです。他人事と思わず、予防と感染点検に取り組んでください。

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、幼虫ともヒトの頭皮から血を吸います。血を吸われたところがかゆくなります。

- ・ 体長 2～3ミリ
- ・ 跳んだりはねたりしない。
- ・ 寿命 30日の間に50～100個の卵を産む。
- ・ 髪の毛から落ちても約3日間は生きている。



アタマジラミ成虫



毛髪に付いている卵



ヘアキャスト

お子さんの頭髮点検をしましょう！

- ★アタマジラミの成虫はなかなか見つからないので卵を探します。
 - ★できるだけ明るいところで見てください。
 - ★耳の後ろ、えりあし、つむじのあたりを中心に髪の毛を少しずつかき分けながら調べてみてください。
 - ★地肌に近いところに、丸みのある白又は茶色っぽいしずくのようなものがしっかりとくっついていたら、アタマジラミの卵です。
 - ★指でつまんですぐに取り除ける白い塊はヘアキャスト（フケ）です。
 - ★疑わしいけど見分けがつかないときは、皮膚科や小児科など医療機関に受診してください。保健室でも相談をお受けしています。
- ※卵が見つかったら、薬局で駆除薬（スミスリンシャンプー）を購入し駆除します。

アタマジラミの予防

- ★洗髪後はドライヤーをかけましょう。（熱に弱いので死滅します）
- ★シーツや枕カバーはこまめに交換・洗濯しましょう。
- ★時々、卵のチェックをしましょう。
- ★アタマジラミの嫌いな香り（ティーツリーのアロマオイルを水で薄めたもの）を髪にスプレーするのも効果的です。
- ★部屋はこまめに掃除機をかけましょう。
- ★タオルやくし、帽子などの貸し借りはやめましょう。