



令和8年9月30日
調布市立滝坂小学校
校長 小林 美也子
養護教諭 玉置真美

9月中旬から、滝坂小でもインフルエンザA型が流行し、複数のクラスで学級閉鎖を行いました。学校でも急な発熱等で早退する児童が多くみられます。寝る前や朝起きたときなど、少しでもいつもと違う様子があれば無理せず学校をお休みすることも大切です。引き続きお子様の感染症予防にご協力をお願いいたします。

10月 保健行事

月日	曜	項目	備考
10/20	火	ハケ岳移動教室 事前健康診断（5年生）	・健康観察記録表（10/16～20まで記入） を持ってきてください。 ・着替える必要はありません。
10/26	月	色覚検査 （4年生希望者のみ）	・9/30（本日）に希望調査を配布します。 提出締め切りは10/5（月）です。

※ 4年生以外の学年で、お子さまの色の見え方など、気になることがあれば色覚検査を行うことができます。その際は直接保健室までご相談ください。

< 2学期 身体計測結果 > (学年平均値) 令和8年9月実施

男子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長 cm	119.2	123.7	132.0	135.9	143.2	151.0
体重 kg	22.7	24.6	29.6	32.7	43.2	41.5

女子	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長 cm	116.7	122.9	129.0	135.2	146.2	148.7
体重 kg	21.4	24.4	27.3	32.4	38.5	40.9

お子さまの成長を応援しています。



秋冬やプールシーズンに要注意!

アタマジラミ

頭髮に寄生して頭皮から吸血するアタマジラミ。清潔にしている場合でも感染し、かゆみや湿疹を引き起こします。頭と頭が接触すること、身の回りの物（寝具やタオルなど）を共有することなどで、簡単に感染してしまいます。

市内の小学校でも1年を通じて報告が見られます。滝坂小学校では10月から水泳指導も始まるため、アタマジラミの正しい知識を知り、気をつけておくことが必要です。



アタマジラミの寿命は約1ヵ月、一生で50~150個ほどの卵を頭髮に産みつけ、繁殖します。卵は髪にしっかりとくっつき、指でつまんでも簡単には取れません。数が増えていくとかゆみが激しくなるため、もし子どもが何度も頭を掻いていたなら、アタマジラミに感染しているかもしれません。耳の後ろや襟足のあたりをよく探してみてください。また、保育園・学校等でもらってきたアタマジラミが、子どもと一緒に寝ていた家族にうつってしまうこともあるので、早期発見が重要です。

3つの 予防策

- タオルやブラシ、帽子や衣類などを共有しないこと。
- シーツやまくらカバーなどの寝具をこまめに洗うこと。
- 十分に洗髪し、スキンシップを兼ねて日頃から頭髮を観察すること。



アタマジラミに感染してしまった場合は?

シラミ駆除剤（シャンプー）と専用くしを使用します。通常の洗髪や、だけではアタマジラミは駆除しきれません。シラミ駆除剤と専用くしを使ってしっかり駆除しましょう。

お子様がアタマジラミに感染してしまった場合は、学校・学童に共有いただきますようお願いいたします。





アタマジラミ Q&A



アタマジラミについて

Q

**アタマジラミはどれくらい
生きていますか？**

アタマジラミの寿命は約1ヵ月です。人の頭から離れると2〜3日で餓死しますが、その間に新しい寄生先を見つけることもあります。

Q

**アタマジラミは
どの季節に流行しますか？**

アタマジラミの感染は1年中発生しますが、特にプールシーズン(5〜7月)や秋(10〜11月)に感染が増える傾向にあります。



感染について

Q

**幼稚園や保育園は休まないとい
けませんか？**

アタマジラミに感染しても、通園や通学の規制はありません。

Q

**感染してもプールやお風呂に
入れますか？**

問題ありません。ただし、タオルやクシを共有したり、衣類を重ねて置くことはやめましょう。

Q

**病院に行かないとい
けませんか？**

必ずしも行く必要はありません。市販の駆除剤を使って駆除しましょう。もし、掻きすぎによる皮膚の炎症などがみられる場合は受診をおすすめします。

Q

**頭を掻いていないのに
アタマジラミに感染している
ことはありますか？**

かゆみが出るまでに時間がかかる場合があります。かゆみがなくても、アタマジラミの成虫や卵が見つかったら、すぐに駆除を始めることをおすすめします。

Q

**毎日シャンプーしていますが、
それでも感染しますか？**

アタマジラミは髪の毛が接触すればうつってしまうので、毎日シャンプーしていても感染のリスクがあります。

Q

**髪が長い子のほうがアタマジ
ラミに感染しやすいですか？**

髪の長さよりも、頭同士の接触が多いかどうかが大きく影響します。ただし、髪が長いと見つけにくく、駆除に時間がかかることがあります。



**家族が1人でも感染した場合、
全員の頭髪を
チェックをするべきですか？**

同居する家族は感染している可能性があります。全員の髪をチェックし、必要に応じて駆除剤を使用して早急に駆除することをおすすめします。



**子どもの友達がアタマジラミ
に感染していたら、
親はどう対応すべきですか？**

まずは子どもの髪をチェックし、感染していた場合はすぐに駆除しましょう。また、感染拡大を防ぐため、通っている保育園や学校等にも伝えましょう。



予防薬はありますか？

現在のところありません。



**アタマジラミはペット
(犬や猫)にもうつりますか？**

基本的にはアタマジラミは人間の髪にしか寄生しないため、犬や猫などには感染しません。



駆除について



**自然に治ることは
ありますか？**

成虫がいる限り、卵を産んで繁殖を続けるので自然に治ることはほとんどありません。早めにシラミ駆除剤を使って駆除することをおすすめします。



**アタマジラミに感染したら、
髪は短くしないといけませんか？**

アタマジラミは毛根近くに生息し吸血します。そのため、毛根近くにアタマジラミ駆除剤の薬液が行き渡るようにすれば特に髪を切る必要はありません。



**洗濯はどのようにしたら
よいですか？**

寝具や帽子、タオルなどは頭皮から落ちたアタマジラミが付着していることがあるので、毎日洗濯しましょう。可能であれば、家族の洗濯物と分けて洗った方がよいでしょう。

アタマジラミは熱に弱く、55℃以上のお湯に5分以上つけば、付着している幼虫・成虫・卵を死滅させることができます。また、衣類乾燥機の使用も一定の効果があります。



**アタマジラミの卵や成虫は
ドライヤーの熱で死にますか？**

高温のドライヤーで多少弱らせることはできますが、完全には駆除できません。駆除剤を使って駆除することをおすすめします。



シラミについて詳しく知りたい方はこちら
<https://www.earth.jp/shirami/?ad=550>
(アース製薬 シラミ相談室)

アース製薬株式会社

〒101-0048 東京都千代田区神田司町2-12-1

お客様からお気付きを頂く窓口

0120-81-6456