



令和3年5月7日

京都市立松尾中学校

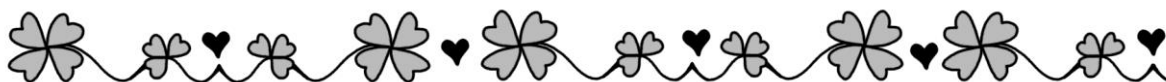
校長 林 秀雄

保健室 小倉 幸恵

～保護者の方もご覧ください～

爽やかな日差しのもと、^{みずみず}瑞々しい緑が美しく映える季節になりました。新型コロナウイルス感染症拡大予防のための緊急事態宣言が続いています。長い自粛が続きますが、手洗い・うがい・換気・マスク着用を継続することはもちろんのこと、自分自身の免疫力を高めるためにも、規則正しい生活習慣（栄養のある食事・十分な睡眠・自粛しつつ、できる範囲の運動）を送るようにしましょう。

- *気温の温度差が激しいですね。気温が高いときには、熱中症予防の観点から、マスクの着脱は各個人で調整しましょう。その際、ソーシャルディスタンスに配慮し、会話は控えましょう。また、忘れやすい水分補給は、1時間に1回を心がけましょう。
- *5月は、疲れが出やすい時期です。環境の変化による疲れで不調を起こす人もいます。テスト1週間前ではありますが、この土日はリフレッシュできる時間も、大切にできると良いですね。（みなさんのリフレッシュ方法はありますか？）



5月の健康診断の予定（日程の変更があります）

- ・~~5月12日~~（水）9:00～ 7組・2年生 内科検診 →5月26日（水）に変更
- ・5月13日（木）9:00～ 全学年 眼科検診
- ・5月19日（水）10:00～ 3年生 歯科検診
- ・5月20日（木）朝学活時提出 全学年尿検査1日目
- 5月21日（金） // // 2日目
- ・~~5月25日~~（火）13:30～ 対象者による二次聴診 →6月10日（木）に変更
- ・5月28日（金）13:30～ 7組・2年生 耳鼻科検診
- ・5月31日（月）13:30～ 3年生 耳鼻科検診



*新型コロナウイルス感染症拡大予防の観点から、昨年度と同様、京都市教育委員会の指導、

および学校医の先生方との相談のうえで、急きょ健康診断を中止・延期することがあります。その際は、改めて連絡しますので、知っておいてください。

*受診のお知らせをもらった人は、情勢を確認しながら、各家庭で無理のない範囲で受診を検討してください。

頭ジラミについて



梅雨に向けて湿度が上がってくると、頭ジラミが発生・広がっていく可能性があります。幼稚園や保育園・小学校で流行すると思われがちですが、中学生・家族間でも広がる可能性があります。

「頭がかゆい」「頭皮をかくことが多くなった」ことで気付くことが多いです。もし気になるようであれば、早めに保護者の方に見てもらいましょう。フケか、頭ジラミの卵か、見分けがつきにくいことがあります。その時は保健室でも見ますので、遠慮なく声をかけてください。

* “不潔だから”うつるものではありません。

* 毎日清潔にしている、住みやすい髪の毛を好んで誰にでもうつります。

☆頭ジラミを寄せつけないために

頭ジラミは直接頭髪を通して伝播するほか、衣類・帽子やタオルの貸し借りを通しても伝播するので、保有の有無にかかわらず、次の点に注意してください。

- (1) 頭髪はできるだけ短くしておくといいでしょう。
- (2) 洗髪する際には、耳の後ろやうなじなど、洗いもれがないようにする。
- (3) 洗髪後は目の細かいクシでよくすくこと。
- (4) 爪は短くするなど、こまめに手入れすること。
- (5) 衣類・シーツ・枕カバー等は常に清潔にすること。
- (6) 室内の清掃は確実に行うこと。
- (7) タオルの貸し借りはしない。



*頭ジラミの卵が見つければ、薬局で「スミスリンシャンプー」「スミスリンパウダー」等を保護者の方に購入していただき、説明書に沿って利用しましょう。

駆除には目の細かい「すきぐし」があると便利です。

*保護者の方へ…スミスリンシャンプーは保険診療適応外となり、原則的に医療機関から

処方箋を交付されませんので、保護者の方が直接薬局で薬剤を購入いただくこととなります。就学援助制度を利用されている方は医療援助の対象となります。その際は、

①原則1本ずつ購入②必ず領収証が必要(スミスリンシャンプーのみ、すきぐしは対象外)
等の細かな手続きがありますので、対象の方は、購入前に一度学校までご相談ください。