

ほけんだより臨時号

～アタマジラミにお気をつけください～

令和7年7月15日
江東区立深川小学校
校長 川辺 章絵
主任養護教諭 細小路麻美

近年、都内の保健所などにアタマジラミに関する相談が増えています。発生は小学生、幼児に多く見られます。江東区内でもアタマジラミ発生の報告がありましたので、今一度御家庭でもお子様の頭髪の様子を御確認していただき、万が一、疑わしいものを発見された場合は、学校への報告と早急な駆除をしていただきますようお願いいたします。

アタマジラミ

アタマジラミではないもの

アタマジラミ成虫 (体長 2~4mm)



- ・灰白色で吸血すると腹が黒っぽく見える。
- ・ノミのように跳んだり、跳ねたりはしない。
- ・人から離れたシラミは血が吸えないため3日程度で餓死する。



×成虫は動きが早いので、
見つけることは困難

毛髪についている卵
(大きさ約0.5mm)



- ・灰白色
- ・ふ化前の卵は毛の根元に見られ、ふ化後の抜け殻は毛の根元から離れている。



○注意深く観察すれば
見つけることができる。写真のように、髪
の毛に斜めに付着し
ており、ルーペで見ると
よく観察できる。

ヘアーキャスト
〔 ふけと脂肪の塊 〕



- ・卵や幼虫になったあとの
抜け殻と間違われやすい。



○幼虫の抜け殻はしっかり
とくっついていて指でつまんでも取れ
ないが、ヘアーキャストは
取れやすいので、区別がつく。

アタマジラミの見つけ方

ポイント

- * 髪に付着している卵を探しましょう。
(成虫や幼虫は頭部を動き回るので、寄生数が少ないと見つけにくいことがあります。)
- * 卵は、耳の周囲からえりあしにかけて多く付着しています。

見つけやすい場所



アタマジラミが人に寄生する経路

ポイント

- * 頭や身の回りの物から、他の人の頭にアタマジラミが移動することにより、寄生が起こります。
 - 頭と頭が接触すること
 - 身の回りの物（寝具・帽子・タオル・ブラシなど）を共用すること
 - 衣類を他の人の物と重ねて置くこと など
- ※ 清潔にしている場合でも寄生されることがあります

頭と頭が接触するとき



アタマジラミの対策

ポイント

- * 寄生されている人には、次の①から③までの対策を行きましょう。
 - * 寄生されている可能性のある人は、次の①と③の対策を行きましょう。
例：寄生されている人の家族、一緒に遊んでいる子ども・クラスメートなど
- ※ 寄生されていることを隠していると、知らないうちに他の子どもにうつしてしまうこととなります。情報を皆さんで共有しておく必要があります。

① 毎日洗髪しましょう

成虫や幼虫は普通のシャンプーで洗髪すれば、洗い流すことができます。卵は取り除くことができませんが、1週間くらいで幼虫になるので、洗髪していれば洗い流すことができます。

ただし、子ども自身による洗髪では洗い方が不十分になりやすいので、10日間、大人が洗髪してあげましょう。

② 髪をクシでとかしましょう

10日間、大人がとかしてあげましょう。

クシはスキグシを使用すると、卵、幼虫、成虫を取り除くことができます。

スキグシが入手できない場合には、卵や幼虫を完全に除くことはできませんが、できるだけ目の細かいクシで代用し、成虫を取ってあげましょう。



1
ビニールシートを敷いたイスにレインコートを着せて座らせる。



2
クシどおりをよくするために、ブラシで全体をとかし髪のもつれをとる。



3
髪を小分けにし、水で濡らしたクシで根元から先端までとかす。とかすごとにクシを明かりに照らし、シラミが付着していないことを確認する。付いている場合は水洗いをする。同じ箇所を2~3回くらいとかす。



5
髪をすべてとかし終わったら、ドライヤーで乾かす。



6
コート脱下せ、洋服にハケをかける。



7
コートやシートにハケをかける。クシやブラシなどは水洗いをする。



8
床に掃除機をかける。取れたアタマジラミや髪はゴミ箱に捨てる。

③ 身の回りの物は共用を避けましょう

アタマジラミを他の人にうつさないように、また、他の人からうつらないように、クシ・タオル・帽子・マフラー・衣類・寝具などは専用のものでし、共用は避けましょう。他の人の衣類などと重ねて置かないようにしましょう。

寄生されている人は、タオル・衣類などを続けて使用せず、毎日取り替えましょう。同じ物を使用していると、アタマジラミが付着している可能性があることから、他の対策を行っていても再寄生されるおそれがあります。洗える物は毎日洗って使用しましょう。コートなどのように使用する頻度が高く、毎日洗えない物については、使用后、ハケをかけるようにしましょう。

そのほかの方法として…

卵を取り除く

通常は①から③までの対策を行っていただければ十分ですが、卵の殻は取り除けない場合もあります。

髪に付着している卵が気になる場合は、髪を1本ずつはさみで切りましょう。

髪を短くする

髪を短くすることは、アタマジラミを見つけやすい、洗髪しやすい、髪をとかしやすいなどの利点がありますが、無理に短くする必要はありません。

シラミ駆除医薬品を使用する

薬局・薬店にはアタマジラミを駆除する薬が販売されています。①から③までの対策で十分に駆除できますが、使用する場合は、説明書をよく読んで使ってください。

ポイント

- * 登校・登園、一緒に遊ぶこと、プール・運動会・遠足などの参加については、特に制限する必要はありません。
- * 対策を10日間行って効果がない場合は、もう一度対策が適切に行われているか見直しましょう。

アタマジラミに寄生されないために

アタマジラミは、いつ寄生するか分かりません。アタマジラミに寄生されていなくても、予防のために、洗髪は毎日させるとともに、月に数度、大人が子どもの頭を確認し、洗髪してあげましょう。また、身の回りの物は共用を避けましょう。