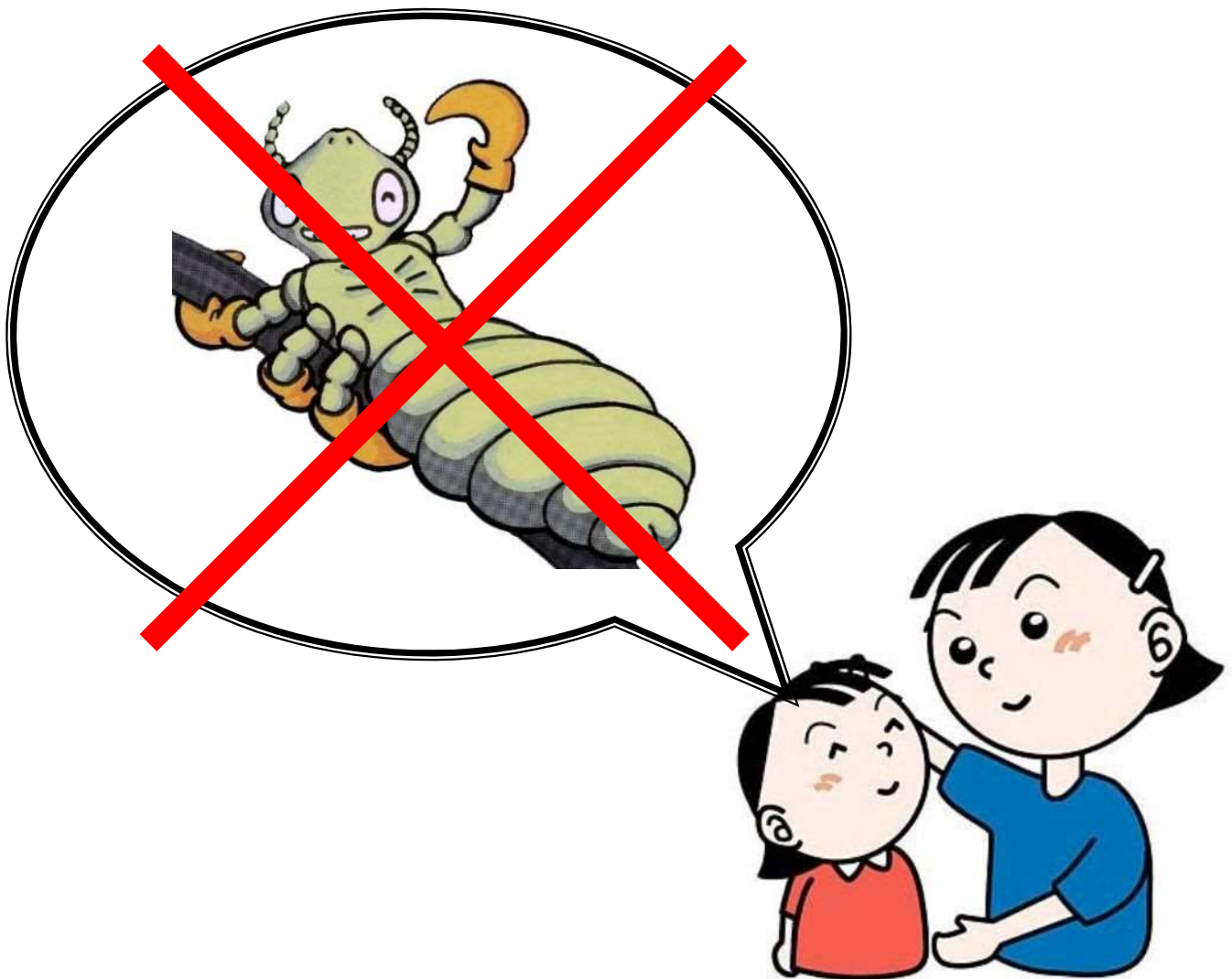


保育所・幼稚園・学校・児童会館等の子ども施設向け

# アタマジラミ対策の手引き



札幌市アタマジラミ対策連絡会



はじめに...

アタマジラミは、ヒトの頭髪に寄生して吸血する虫です。寄生されることをアタマジラミ症と言い、症状として強いかゆみを引き起こします。アタマジラミ症の発生は子どもに多く、特に、保育所や幼稚園、小学校などの集団生活を行う場で症状が広がりやすい傾向にあります。

アタマジラミは、不潔にしていると寄生するなどと誤解している方も多いますが、実際は不潔とは関係なく発生します。子ども達を預かる施設の立場としては、差別やいじめにつながらないよう、正しい知識に基づいて対応することが重要です。

この手引きは、子どもが集団生活を送る施設などの職員の方々が、対応する際の参考となるよう作成いたしました。業務に役立てていただければ幸いです。

札幌市アタマジラミ対策連絡会





## 1. アタマジラミの発生に備えて

### (1) アタマジラミについて知りましょう

アタマジラミについて何も知らなければ、予防も対策も行えません。まずは、職員がアタマジラミについてよく理解することが重要です。

【参考】 「アタマジラミの生態」

### (2) 発生した場合の対策を考えましょう

備えあれば憂いなし、あらかじめ施設にあった対策を考えておくと、いざ発生したときに迅速に対応できます。

次ページの「2. アタマジラミが発生したら...」を参考にして施設の実情にあった対策方法を検討しましょう。

【参考】 ○○ 保育所アタマジラミ対策マニュアル（マニュアル作成例）

### (3) 子どもの変化に気をつけましょう

アタマジラミの被害はなんといっても、吸血によるかゆみです。頻繁に頭をかいている子どもは、アタマジラミが寄生している可能性があります。子どもの頭を確認しましょう。ただ、数が少ないと見つからない場合もあるため、しばらくの間は継続して確認しましょう。また、あわせて保護者にも協力を求めましょう。

### (4) 保護者と連携しましょう

アタマジラミ対策は、施設と保護者が協力して対応しなければなりません。保護者には日頃から正しい知識や情報を提供するとともに、発生が確認できた時には、施設に対して連絡するよう協力を求めましょう。

- \* 札幌市保健所では市民向けチラシ「アタマジラミに注意」や未就学児童の保護者向けチラシ「家庭でのアタマジラミ対策」を発行しています。ホームページにも掲載しておりますのでご利用ください。
- \* 実際のアタマジラミや卵を持参しての出前講座も承っています。職員研修の際などにご利用ください。

## 2. アタマジラミが発生したら

### (1) 落ち着いた対応をしましょう

アタマジラミが寄生している子どもを見つけても、驚かず冷静に対応しましょう。まん延を防ぎ、短期間で駆除するためにも早期の対応が重要となります。

また、不要な不安や誤解を与えないためにも、子どもや保護者への言動や態度には注意しましょう。

### (2) まん延防止に努めましょう

アタマジラミは頭髮が直接ふれあったり、頭髮がふれるものを共有することによってうつります（「アタマジラミの生態 (3) うつり方」を参照）。まん延を防ぐために次のような対策を行いましょう。

#### ① 昼寝の際は距離をおきましょう

1つの布団に複数の子どもを昼寝させると、アタマジラミがうつるおそれがあります。

##### 【対策例】

- 専用の布団で昼寝をさせる。
- 頭同士を近づけさせないように、頭一足一頭一足と並べるようにする。
- 布団をくっつけず、物理的に離して敷く。

#### ② ものの共有はしないようにしましょう

クシ、タオル、帽子、マフラー、衣類、寝具などを共用することで、アタマジラミがうつることがあります。特に、プール・風呂など脱衣する場所では注意しましょう。

##### 【対策例】

- クシ、タオル、帽子、マフラー、衣類、寝具などの共用は避ける。

### ③ 衣類や寝具などを管理しましょう

衣類・寝具などを重ねて置くと、付着したアタマジラミが他の子どもの持ち物に移動し、アタマジラミがうつる原因になることがあります。保管や取扱いに注意しましょう。

また、衣類・寝具などには、アタマジラミが付着しているおそれがあります。アタマジラミは洗濯すれば簡単に洗い流すことができます。施設や家庭の状況も考慮し、一斉に行いましょう。

#### 【対策例】

- 使用した物は個別に専用のビニール袋に入れる。
- 毎日取り替える。または、使用後に熱湯処理してから洗濯する。
- コートなどのように使用する頻度が高く、取り替えることができないものは、使用後にハケをかける。
- 布団を収納する前に、ハケではらう。
- 衣類、寝具などは持ち帰って洗濯してもらおう。

### ④ 施設内を掃除しましょう

アタマジラミは、人の体から離れてもしばらく生きているため、その間に頭や衣類などが接触すれば寄生されるおそれがあります。しかし、**掃除機などで清掃をしっかり行えば取り除くことができます**。殺虫剤の散布は必要ありません。

床に子どもが頭をつけて遊ぶ場所、昼寝をする場所、衣類や寝具などを保管する場所などは、特に注意して清掃しましょう。

### ⑤ 対策がうまく行われているかチェックしましょう

アタマジラミ症が広まっていないか、適切な駆除が進んでいるかチェックしましょう。他の子どもにアタマジラミの寄生が拡大したり、駆除がうまくいっていない場合は、対策を見直すとともに、併せて保護者にも協力を求めましょう。

### ⑥ 情報共有にご協力ください

アタマジラミ症に罹患した子どものご兄弟や友達が通う子ども関連施設でも発生している場合があります。お互いに情報共有することで、発生予防やまん延防止につながります。

## (3) 保護者へ周知しましょう

### ① 正しい情報提供をしましょう

まん延を防ぐために、早めに情報を収集し、保護者に周知しましょう。アタマジラミ対策は保護者の協力なしにはうまくいきません。

また、保護者の中には、「自分の子どもにうつるかもしれない」などと心配する人もいるかと思いますが、施設側の対応策などを明確に保護者に伝えることが重要です。

#### 【対策例】

- プリントを用いて、状況を保護者に報告する。
- 札幌市保健所が作成した市民向けチラシを配布する。

#### ② 寄生されている子どもの保護者にはしっかりとした対応をしましょう

アタマジラミに寄生されている子どもの保護者には、家庭で適切な対策を行うよう依頼します。誰に寄生しているかという情報は、職員や寄生されている子どもの保護者が把握していればいいので、他の人にはわからないようにするなど、配慮してください。

#### 【対策例】

- 必要に応じて皮膚科を受診するよう勧める。
- 家庭で駆除薬及び専用すきぐしを用いた駆除を徹底してもらう。

## (4) アタマジラミに関するQ & A

Q. 通園、通学の規制をすべきですか。

通園や通学を制限する必要はありません。対策を適切に行うことが重要です。

\* アタマジラミは「学校保健法施行規則の一部改正（1999年4月）」（文部科学省）にともない作成された参考資料で「通常出席停止の必要はないと考えられる感染症」として例示されています。

Q. プールの利用を制限すべきですか。

プールの利用を中止する必要はありません。アタマジラミは泳げないので、プールの水を介して感染することはありません。ただし、水泳キャップやタオルなどの共用や衣類などの重ね置きを避けるなど、適切な対策を行いましょう。

Q. 薬剤を使用しているのに駆除できない時は、どうしたらよいですか。

薬剤に抵抗性があるアタマジラミかもしれません。国立感染症研究所によると、日本国内でフェノトリンの効かない薬剤抵抗性アタマジラミが徐々に増加しており、全国的な広がりが懸念されると報告しています。

このような薬剤が効かないアタマジラミは、すきぐしを使用した駆除を徹底しましょう。

【参考】 「すきぐしを用いた駆除方法」

## 札幌市アタマジラミ対策連絡会

アタマジラミは、保育所、幼稚園及び学校など、子どもが集団生活を行う場で寄生が広がりやすい傾向にあることから、札幌市内の関係機関において、必要な情報交換を行い、効果的な対策を講ずることを目的に、平成 19 年度から組織しています。

- 一般社団法人札幌市私立幼稚園連合会
- 一般社団法人札幌市私立保育園連盟
- 公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会
- 札幌市

子ども未来局子ども育成部子ども企画課  
子ども未来局子育て支援部子育て支援課  
教育委員会生涯学習部保健給食課  
保健福祉局保健所生活環境課

(お問い合わせ先)

札幌市アタマジラミ対策連絡会事務局

札幌市保健所生活環境課生活環境係

電話 011-622-5182

〒060-0042 札幌市中央区大通西 19 丁目 WEST19 内

**訪問指導を実施しています。**

特に、「集団発生の場合」「拡大する可能性のある場合」は、ぜひご相談ください。



# アタマジラミの生態

## (1) 形態

### 【成虫】

- 体長 2～4mm
- 体は扁平
- 色は濃褐色または淡褐色
- 翅はない
- 幼虫は成虫に似るが小さい

### 【卵】

- 楕円形
- 大きさ 約 0.4mm
- 色は乳白色
- 髪の毛の根もと近く（頭皮から 5 mm程度）にしっかりとついている

\* 根元から離れたところにある卵は、古い抜け殻です。見つけたらハサミ等で切り取りましょう。

- ヘアーキャスト（フケ）に注意

\* ヘアーキャスト：卵とよく間違われますが、フケや頭皮からの分泌物が毛のまわりに付いたもので、容易に動くことから卵と見分けることができます。



### アタマジラミの卵



指で触っても動かない

### ヘアーキャスト (フケ)



### 脂肪のかたまり



指で触ると簡単に動く

# 資料 1

## (2) 生態

### 【生活史】

卵（約 1 週間） → 幼虫（7～16 日） → 成虫（寿命 32～35 日）

### 【生態】

- 一生を人体上で過ごす
- 幼虫、成虫ともに吸血する
- 成虫は一日に数個、一生に 100～200 個の卵を産む
- 60℃以上の熱処理で死ぬ
- 人から離れた場合 1～3 日生存可能
- 動きは俊敏
- 媒介する感染症はない

## (3) うつり方

### 【直接感染：頭髪への接触】

身を寄せ合って遊ぶ、頭をくっつけて寝るなど直接頭と頭が触れあうことによりうつります。

### 【間接感染：衣類等を介して感染】

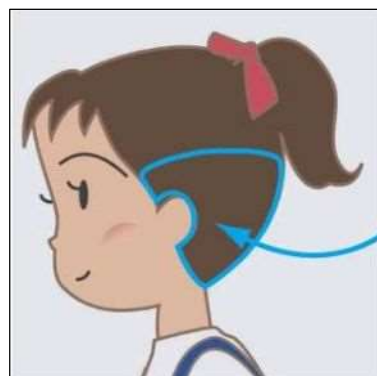
アタマジラミは人から離れても 1～3 日ほど生存するため、頭がふれるものなどを介して、うつることがあります。

例) タオル・櫛などの衛生用品や枕・シーツなどの寝具の共有など

## (4) 見つけ方

後頭部や耳のうしろの髪のはえぎわに、卵が多くみられます。

髪の毛の根もと近くをよく調べましょう。



## (5) 駆除方法

駆除は、10 日以上はつづけて取り組みましょう。10 日以上駆除を続けた後、2～3 日様子をみてかゆくならなければ駆除は完了です。

### 【すきぐしを用いた駆除方法】 \*資料「すきぐしを用いた駆除方法」参照

- ① 毎日洗髪しましょう。
- ② すきぐしを使用しましょう。
- ③ 使ったものは洗いましょう。

### 【駆除薬（フェノトリン）を使用する方法】

- シラミ駆除用の市販薬を使用します。
- 使用方法を必ず守りましょう。



## (6) その他のシラミ

アタマジラミのほかに人に寄生するシラミには次の 2 種類があります。これらは、アタマジラミとは寄生する場所や形態が異なりますが、アタマジラミと勘違いされることがあります。

### ① コロモジラミ

アタマジラミと形態が似ていますが、頭髪ではなく衣類に寄生します。衣類や寝具を共用することで寄生し、アタマジラミとは異なり、発疹チフス、塹壕熱（ざんごうねつ）、回帰熱などの病気を媒介します。

衣類や寝具の洗濯や入浴を普通に行っていれば問題になることはありません。

### ② ケジラミ

形態がアタマジラミとは異なります。主に陰毛に寄生しますが、まれに子供のまつ毛や頭髪にも寄生することがあります。性行為や寝具を共用することで寄生しますが、ケジラミが病気を媒介することはありません。

# 〇〇保育所アタマジラミ対策マニュアル

- 頻繁に頭をかいている児童がいないか、日頃から注意しましょう
- 頭髪チェックの日を設けましょう（長期休暇明け、毎月第〇週〇曜日）

## ----- アタマジラミ・卵を発見した時の対応 -----

### 1. 親への対応

- (1) 発見したその日のうちに保護者に連絡する。
- (2) お迎えに来た時に、資料を配り、駆除方法を伝える。
  - ① 毎日点検するようにする（一度は家族全員の頭髪チェックをお願いする）。
  - ② 毎日保護者が洗髪してあげる。
  - ③ 市販の駆除薬を使用する。
  - ④ すきぐしを用いた駆除を続ける。
  - ⑤ 卵がついている髪の毛は切る。
- (3) 登園時に、親に確認する。
  - ① 家庭での駆除の様子について
  - ② うまくできていないようであれば、皮膚科医や保健所に相談するよう伝える。
- (4) 複数の児童に発生が見られたら、プリントによる情報提供を行う。

### 2. 園での対応

- (1) ものの共用をしない・させない。
- (2) 保管用のビニール袋を用意する。
- (3) 清掃をしっかりと行う。
- (4) 昼寝時はアタマジラミが寄生している児童のみを特別扱いするのではなく、全体的に布団を離して敷く。
- (5) 布団にシーツを必ず敷き、収納前にハケではらう。
- (6) 寝具等の洗濯は、洗濯機に熱湯を入れ、10分間漬ける。そのお湯を捨ててから洗濯をする。

注)これは対策の一例です。これを参考にして施設の実情にあったマニュアルを作成してください。



# アタマジラミに注意

あたまがかゆ〜いっ！まさか？ でも対策を知っていれば安心です！

全国的に保育所・幼稚園・小学校などでアタマジラミの発生が見られます。アタマジラミは衛生状態に関わらずどんな人にも発生します。正しい知識を持って、早期発見、早期駆除を心がけましょう。

## ● アタマジラミってどんな虫??

### ① 大きさ

・虫：2～4mm 灰黒色  ・卵：約0.4mm 乳白色

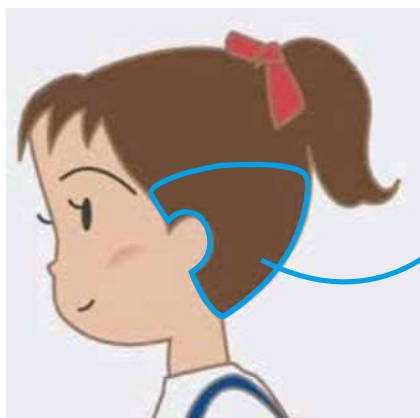
### ② 生態

ヒトの頭髮について、頭皮から血を吸います。血を吸われるとかゆみがあります。メスは一日に約8個、一生に200個の卵を産みます。

### ③ ヒトへのうつり方

ヒトからヒトにうつります

- ・頭髮が直接ふれあうとき（身を寄せ合って遊ぶ、頭をつけて眠るなど）
- ・頭髮にふれるものを共用したとき（くし、バスタオル、帽子、枕など）



### ● 卵がよく見つかる場所

後頭部や耳のうしろの髪の毛のはえぎわに、卵が多くみられます。髪の毛の根もとちかくをよく調べましょう。

### ● 卵とフケの見分け方

指ではさんでひっぱります。

卵…髪の毛にはりついていて、なかなか動きません。

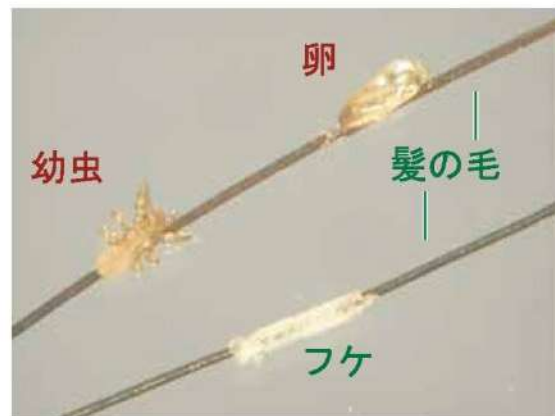
フケ…簡単に動きます。

### 頭から落ちた卵、虫の対策は？

室内の対策は、掃除機をかければ大丈夫。卵は温度20℃以下ではふ化しません。落ちた虫は、約3日以内に再びヒトの頭に戻れば死にます。部屋に殺虫剤をまく必要はありません。

### なぜ小さな子供に多いの？

自分で頭髮を洗うと十分に洗えていないために虫が定着してしまうことがあるからです。大人が洗ってあげるか、洗い方を見てあげましょう。



# アタマジラミの対策

見つけたら、みんなで協力してしっかり駆除しましょう！

アタマジラミは、一斉に駆除を行うと効果的です。

家族の1人に見つけたら、他の家族全員の点検をして対策をしましょう。

また、通っている保育園や学校などに相談し、協力して対策することも大切です。

## ● 家庭での対策 2週間はずづけて取り組みましょう！

### 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。毎日ていねいに洗髪し、ドライヤーでよく乾かします。また、小さなお子様の頭髪は大人が洗ってあげましょう。

### ②すきぐしで髪をとかしましょう

目の細かい「すきぐし」で髪をよくすき、卵や虫を取り除きます。

頑固な卵や卵の殻の付いている髪の毛を1本ずつ切り取りましょう。

### ③使ったものは洗いましょう

使用したクシやタオル、また寝具類や下着などは60℃以上のお湯に10分以上浸してから洗濯しましょう。アイロンをかけるのも効果的です。家庭内で広がらないように、タオル、クシなどの共用はひかえます。

\*その他、髪を短くする、駆除薬をつかう等の方法があります。

- 集団生活をしている小さなお子様には、とくに気をつけて、日頃から頭髪を調べてあげましょう

## ● 駆除薬のつかいかた

シラミ駆除用の市販薬（スミスリンパウダーかスミスリンシャンプー、アースシラミとりシャンプー）を使用します。**\*使用方法を必ず守りましょう。**



### 1日目

まずは頭にいる成虫と幼虫を駆除します。卵は薬が効きにくく、生き残ることがあります。

### 4・7・10日目

2日目よりあとに卵からかえった幼虫を駆除します。

10日目の駆除が終わったら、頭髪を点検し、虫と卵（ぬけがらでないもの）がなくなったら、2～3日様子を見て、かゆくならなければ完了です。



- 薬で駆除するときは使用方法を必ず守りましょう。心配なときは、皮膚科のお医者様に相談しましょう。
- アタマジラミを見つけたら、すぐに家族全員で点検し対策をしましょう。



# すきぐしを用いた駆除方法

駆除は毎日、10日間は続けましょう！

## 【用意するもの】

ブラシ・くし（目の粗いものと細かいものの2種類）、すきぐし\*、使い古しのハブラシ、洗面器、ヘアクリップ、ケープ（バスタオルでも可）、必要に応じてベビーオイルやコンディショナーなど  
\*アタマジラミ専用のすきぐしを利用すると効果的な駆除ができます。

## ● 準備

- ・フローリング、お風呂場にイスを置いて座らせ、首から下をケープまたはバスタオルで覆います。
- \*床がじゅうたんや畳の場合、レジャーシートなどを敷くとよいでしょう。

## ● 手順① ブラッシング

- ・髪が絡まった状態ですきぐしを使用しても、子どもは痛み駆除効果は期待できません。
- ・すきぐしが毛先まで引き抜けるように、まずは普通のブラシでブラッシングを徹底的に行います。



## POINT!

目の粗いものと細かいものを順に使用して、髪の毛の絡まりをほぐしましょう。ベビーオイルやヘアコンディショナー（リンス）などを使うと効果的です。

## ● 手順② すきぐし

- ・ヘアクリップやヘアゴムを使用して、髪を小分けにします。
- ・小分けした髪の毛の根元から毛先に向かって、すきぐしですきとります。
- ・小さな幼虫や卵がクシに挟まったときは、歯ブラシ等でお湯を溜めた洗面器にそぎ落とします。
- ・すきぐしは光にかざして見て、卵などが付いていないか確かめます。

## POINT!

すきぐしは裏表を区別できるように印をつけて、片面のみを使用しましょう。（両面を使用すると、すき取った虫体に気づかないことがあり再付着してしまいます。）アタマジラミが一時的に頭皮上に避難している場合があるため、髪と頭皮をよく観察しながら行いましょう。



● 手順③ 洗髪 \* 髪の毛が充分乾燥していればすぐに洗髪する必要はありません。

- ・ 普段使用しているシャンプーで洗髪します。
- ・ 小さな子どもは洗い方が不十分になりがちです、大人がしっかり洗ってあげてください。
- ・ 洗髪後はドライヤーを用いてよく乾燥させます。



● 手順④ 点検

- ・ 明るいところで頭髪を点検します。
- ・ 卵や卵と思われるものを見つけた場合、毛を 1 本 1 本ハサミで切りとります。

アタマジラミの卵



指で触っても動かない

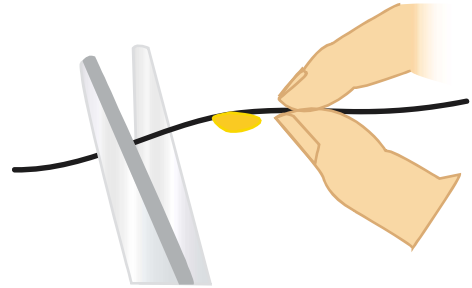
ヘアークラスト  
(フケ)



脂肪のかたまり



指で触ると簡単に動く



ハサミで卵を除去

POINT!

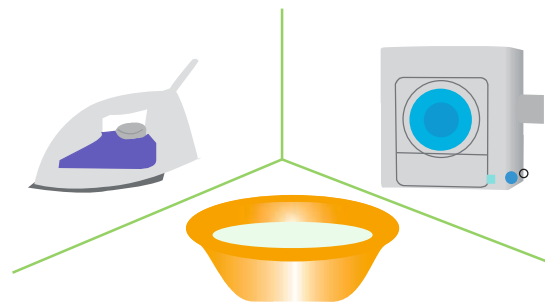
髪の毛は 1 日に数十本は生えかわりのため自然に抜けますので、少しくらい切りとっても大丈夫!

● 片づけ・清掃

- ・ 作業終了後、お風呂場はシャワーで洗い流し、フローリングはしっかりと掃除機をかけて下さい。
- ・ 使用したタオルなどは、アイロンをかけるか 60℃ 以上の熱湯に 10 分以上つけてから洗濯するとよいでしょう。



駆除後は清掃をしましょう



アイロン・熱湯処理・洗濯が有効

\* 途中で卵が増えたり、10日間以上続けているのに駆除できない場合は、新たにうつっていることが考えられます。寝具やタオル、くしなどの生活用品の対策をしっかりと行い、家族間でうつしあうことが無いようにしましょう。



家庭  
での

# アタマジラミ

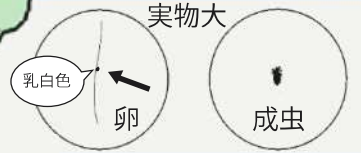
# 対策



アタマジラミくん

## アタマジラミとは？

ヒトの頭皮から血を吸うシラミで、  
血を吸われるとかゆくなります。



## 生態 1 頭と頭の接触や、頭に触れるものを介してうつります



くっついて遊ぶ



親子の触れ合い



タオルやくしでも



寝ている間に

## 生態 2 誰でも、どこでも感染します



通勤中に感染し、



子どもに...？

### POINT 川柳

この単語 見る聞くあれば  
髪チェック



### POINT 川柳

## 順序よく 頭髪チェックし 卵除去

### ① フケと卵を見分けよう

フケは、指でつまむと動きます。  
卵は、指でつまんでも動きません。



### ② 頭皮近くを要チェック

成虫は頭皮で逆立ちして産卵します。頭皮付近は特に注意して  
チェックしましょう。



### ③ 見つけた卵は切り取ろう

卵の殻は駆除薬では取れません。  
見つけたら、切り取ってしまい  
ましょう。



せ んたく (洗濯)

洗濯は 60℃以上のお湯に 10 分間以上浸してから！ アイロンがけも有効です。



せ いそう (清掃)

床に落ちたアタマジラミは、掃除機や粘着クリーナーで駆除しましょう。



せ んぱつ (洗髪)

大人が子どもの洗髪をすることで、感染予防にもつながります。



POINT 川柳

子どもは後頭部の洗髪が苦手です。後頭部や耳の後ろは特に洗い残しが多く、アタマジラミはこの部分に潜みやすいです。

洗髪は 頭の後ろを 念入りに

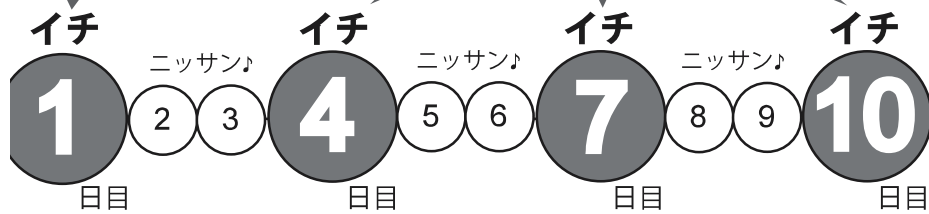


駆除 4 駆除薬はワルツのリズムで♪

アタマジラミの駆除は、市販の駆除薬を使います。駆除薬は、2日おきに4回使用します。

幼虫・成虫を駆除

卵から生まれた幼虫を駆除



洗髪はいつものシャンプーで毎日実施！

POINT 川柳

シャンプータイプの駆除薬は、薬をつけた状態で5分間待機！

薬がたれてきて子どもがいやがる... そんなときは、

五分間 タオルを巻いて 耐えるのだ



※ シラミ駆除専用のすきぐしでも、駆除できます。その他、生態・駆除方法の詳細については ⇒

札幌市 アタマジラミ

検索

連携 5 感染拡大防止や早期終息に向けて

施設や周りの人と協力を

情報を共有することは、感染拡大を防ぐだけでなく、感染を早く終わらせることにもつながります。また、普段からご家庭・施設でアタマジラミについて一緒に学ぶことで、気軽に相談しあえる環境を作ることも大切です。



ご相談はこちらまで

〒060-0042 札幌市中央区大通西 19 丁目 WEST19 札幌市保健所生活環境課 TEL 011-622-5182

※ 本リーフレットの一部分あるいは全部を無断で複写・複製、転記・転載することを禁じます。

