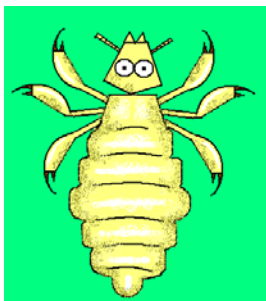


保育所・幼稚園・小学校の先生のための…

アタマジラミ読本



 東京都福祉保健局

生徒の頭にアタマジラミ
がいました。女の子でも五
分刈りにするべきでしょ
うか？

施設にアタマジラミのいる
子どもが来ました。室内を消
毒したほうがいいですか？

園児の頭にアタマジラ
ミを見つけたのですが、
病気に感染しないでしょ
うか？

児童館の利用者にアタマジラミが
寄生している子どもがいます。
利用を拒否するべきでしょ
うか？



答えは…

すべて **NO!** です。

近年、都内の保健所などにおいて、アタマジラミに関する相談が増えています。その中には、アタマジラミに関する誤解から来る問い合わせも見られます。

子どもたちを預かる施設（保育所・幼稚園・小学校など）の職員や保護者は、アタマジラミについて、正しい知識を持って適切な対策を行うことが必要です。

また、施設と家庭とが協力して一斉に対策を行うことが、アタマジラミの被害を広めることなく、短期間で解決するための近道です。

この冊子は、施設の職員の方に、アタマジラミに関する正しい知識を持っていただくことにより、保護者の不安を軽減するとともに、子どもたちが施設でより快適に過ごせるように、役立てていただくことを目的として作成しました。

東京都福祉保健局健康安全室環境衛生課

目 次

1	アタマジラミってなあに？	3～	6
	特徴		3
	症状		4
	寄生経路		4
	見つけ方		5
	その他のシラミ		6
2	都内におけるアタマジラミの相談状況	7～	8
3	日ごろから取り組もうアタマジラミ予防（予防対策）		
		9～	12
	職員が行うこと	9～	10
	保護者への対応		11
	子どもへの対応	11～	12
	家庭で行う対応		12
4	もしアタマジラミが見つかったら（発生時対策）		
		13～	18
	職員が行うこと	13～	14
	保護者への対応		15
	子どもへの対応		16
	家庭で行う対応		17
	よくある質問		18
5	アタマジラミの対策はこうしよう	19～	21
	毎日洗髪しましょう		19
	髪をクシでとかしましょう		20
	身の回りの物は共有を避けましょう		21
	そのほかの方法として		21
6	対策した後も気を付けて		22
7	家庭との関係について		22
8	保健所一覧		裏表紙

アタマジラミってなあに？

特 徴

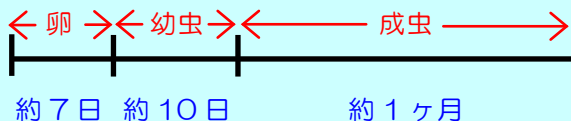
アタマジラミは卵→幼虫→成虫の順に成長します。蛹（さなぎ）にはなりません。特定の生活様式、年齢、性別などに関係なく、すべての人の頭部に寄生します。

成虫と幼虫は同じような形態をしています。羽がないので、飛ぶことも、跳ねることもありません。人の体から離れると、7～72時間程度しか生きられません。

卵は髪に固着しているため、指でつまんで取り除こうとしても、簡単には取れません。



[アタマジラミの生活史]



成虫は1日3～9個、一生で50～150個の卵を産みます

症 状

- * 人の頭部に寄生し、頭皮から吸血します。吸血された箇所が、かゆくなります。
- * 寄生初期には自覚症状のない子どもも多いようですが、寄生する数が増えると、次第にかゆがるようになります。頭皮をかきすぎて炎症を起こす場合があります。
- * **アタマジラミから病気がうつることはありません。**

寄 生 経 路

- * 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



寝ているとき



遊んでいるとき

見つけ方

- * 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



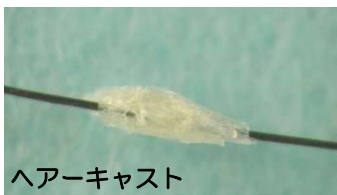
耳の周囲



えりあし



次のものは、アタマジラミの卵と見間違えることがあるので注意が必要です。



ヘアークラスト



皮脂

髪に付いている白いものが、すべて卵というわけではありません。髪には、毛根部の皮膚がリング状に抜けたヘアークラストのほか、皮脂や整髪料の固まりなども付着しています。これらは指でつまんで簡単に取り除けるので、卵と区別することができます。

その他のシラミ

人には、アタマジラミのほかに次の2種類のシラミが寄生します。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。アタマジラミと勘違いされることも多いですが、別の種類のシラミです。



[コロモジラミ]

アタマジラミと形態が似ていて、区別が困難です。ただし、衣類には寄生しますが、頭部には寄生しません。衣類や寝具を共用することで寄生し、発疹チフス、塹壕熱（ざんごうねつ）、回帰熱などの病気をうつします。対策は、衣類や寝具を毎日取り替える、毎日入浴をする、室内を清掃するなどです。

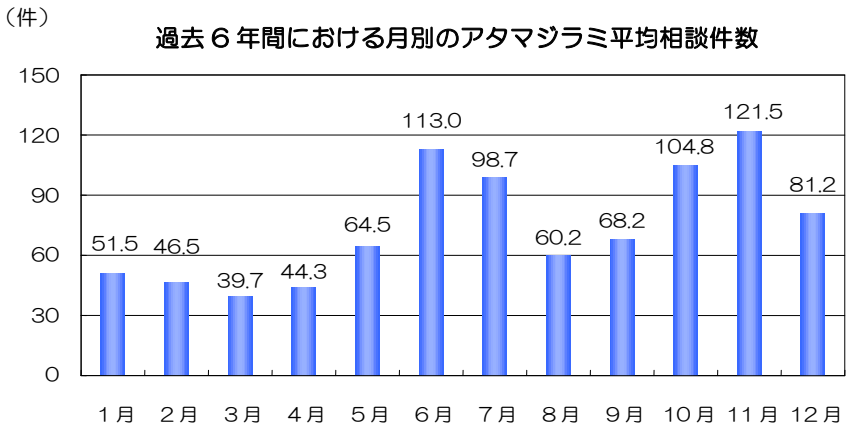
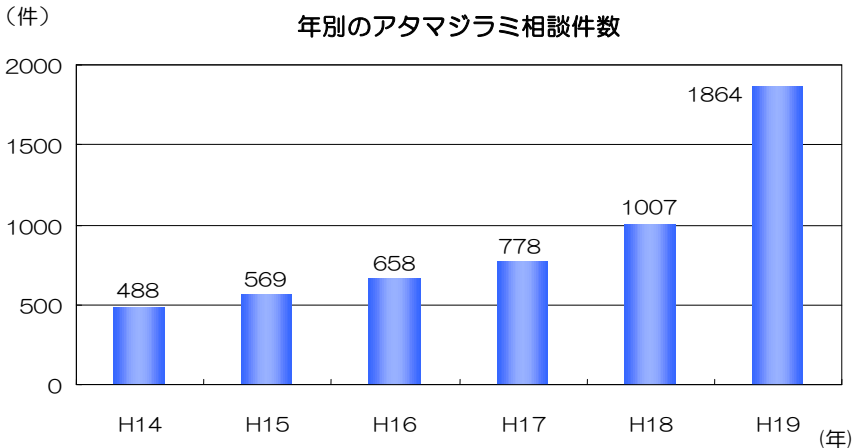
なお、保育所や幼稚園などの施設で寄生されることは、ほとんどありません。

[ケジラミ]

カニに似た形態で、主な寄生部位は陰毛です。まれにその他の毛にも寄生します。性行為や寝具を共用することで寄生しますが、ケジラミが病気をうつすことはありません。対策は、駆除できるまで性行為を控える、シラミ駆除医薬品を使用する、剃毛、衣類や寝具を毎日取り替えるなどです。

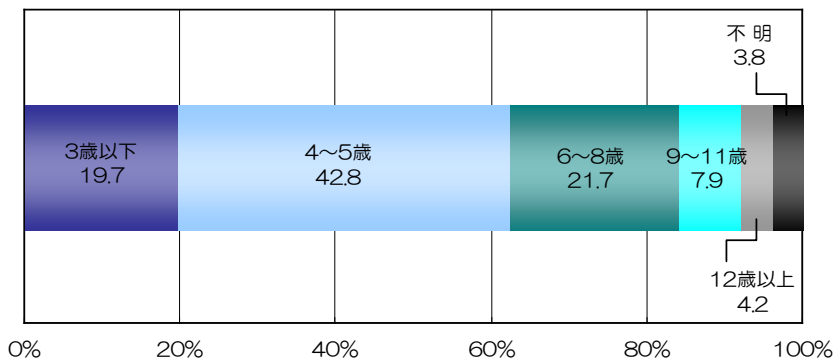
都内におけるアタマジラミの相談状況

東京都では、都内にある保健所や区市町村に寄せられたアタマジラミの相談状況について調査しています。次の図は、平成14年から19年までの結果をまとめたものです。



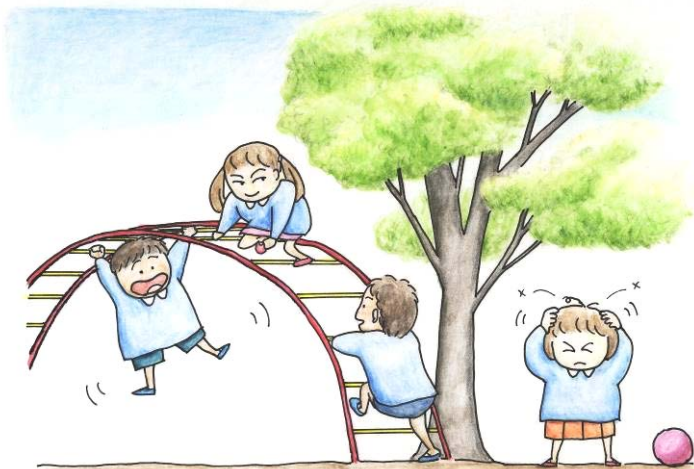
※ 上の図は、発生状況や被害状況を表したものではありません。

過去6年間にける年齢別のヒトジラミ被害者割合



※ 上の図は、相談者やその家族がシラミに寄生されているとの訴えのあった相談について、集計したものです。「アタマジラミ」と「コロモジラミ」の総称である「ヒトジラミ」として集計しており、アタマジラミのみの被害状況を表したものではありません。

- ① アタマジラミの相談件数が増えています。
- ② 1年を通して相談があります。
- ③ 被害者の8割は、8歳以下の子どもです（9割は小学生以下）。



日ごろから取り組もうアタマジラミ予防

— 予防対策 —

子どもが利用する施設では、いつ、どの子どもにもアタマジラミが寄生しても不思議ではありません。また、寄生数が少ないと寄生されているのか、正確に判断できないことがあります。

実際に被害が発生していなくてもアタマジラミがいることを想定して、日ごろから次のような予防対策を行いましょう。

職員が行うこと

- ① アタマジラミの正しい知識を持ちましょう
- ② 被害が起こったときの対応策を考えましょう
- ③ 施設内を清掃しましょう
- ④ 頻繁に頭をかいている子どもをチェックしましょう

① アタマジラミの正しい知識を持ちましょう

まずは、職員がアタマジラミのことをよく理解しましょう。知識がなければ、アタマジラミの発生に気付かず、適切な対策を行うことができません。また、集団発生や再発生を繰り返すことにもつながります。定期的に研修などを行い、知識や情報を職員間で共有しましょう。

② 被害が起こったときの対応策を考えましょう

あらかじめ、施設の使用形態や利用状況を踏まえた対応策を考えておくと、早急に適切な対策をすることができます。

ただし、実情に合わせた対策にしておかなければ、被害が

拡大することや保護者が過剰な対策を取ってしまうこともあります。「アタマジラミの対策はこうしよう」(19～21ページ)を参考に、実効性のある対策を検討しましょう。

③ 施設内を清掃しましょう

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。掃除機などをかければ取り除くことができるので、日ごろから施設内をよく清掃しましょう。

特に「床に子どもが頭をつけて遊ぶ場所」、「お昼寝をする場所」、「衣類や寝具などを保管する場所」などについては、注意して清掃しましょう。

④ 頻繁に頭をかいている子どもをチェックしましょう

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おそれがあります。子どもの頭をチェックし、寄生の有無を確認しましょう。ただし、寄生数が少ないと見つけにくいことがあるので、何も見つからなかった場合でも、しばらくの間、子どもの頭を確認しましょう。併せて保護者にも確認の協力を求めましょう。

子どもの頭をチェックされることを嫌がる保護者もいます。個別に説明したり、保護者会などを利用し、子どもの頭をチェックしてもよいか、事前に理解を求めておくことが望まれます。



保護者への対応

- ① アタマジラミに関する正しい知識や情報を周知しましょう
- ② 寄生が分かったときには、施設に対して速やかに連絡するように協力を求めましょう

① アタマジラミに関する正しい知識や情報を周知しましょう

家庭でアタマジラミの寄生を発見した保護者が適切に対応することができるように、日ごろから正しい知識や情報を提供しましょう。

東京都では、家庭向けリーフレット「アタマジラミって…なあに？」を発行しています。ホームページにも掲載していますので御利用ください。

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kankyo/eisei/yomimono/nezukon/index.html>

② 寄生が分かったときには、施設に対して速やかに連絡するように協力を求めましょう

保護者が子どもの頭にアタマジラミの寄生を確認したら、施設内で被害を広めないため、できるだけ速やかに連絡を受け、対策を行うことが必要です。そのためには、日ごろから保護者に対して協力を求めましょう。

子どもへの対応

- ① 身の回りの物は共用を避けさせましょう
- ② 衣類・寝具などを定期的に持ち帰らせましょう
- ③ 昼寝をさせる場合は、布団を離して敷きましょう

① 身の回りの物は共用を避けさせましょう

「アタマジラミの対策はこうしよう」のⅢ（21ページ）を参照し、衣類・寝具などは所定の場所に置くようにしましょう。

② 衣類・寝具などを定期的に持ち帰らせましょう

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ので、日ごろから衣類や寝具などは定期的に持ち帰らせましょう。

③ 昼寝をさせる場合は、布団を離しましょう

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。普段から専用の布団で昼寝させるとともに、布団は離して敷くようにしましょう。

家庭で行う対応

- ① 保護者が子どもの頭を月に数度チェックしましょう
- ② 洗髪は毎日させるようにするとともに、保護者が子どもを月に数度洗髪しましょう
- ③ 子どもの身の回りの物は共用を避けましょう
- ④ 施設で使用している衣類・寝具などを定期的に持ち帰り、洗濯しましょう

①については、「アタマジラミってなあに」の「見つけ方」（5ページ）を参照してください。

②と③については、「アタマジラミの対策はこうしよう」（19～21ページ）を参照してください。

④については、「日ごろから取り組もうアタマジラミ予防」の「子どもへの対応」②（12ページ）を参照してください。

もしアタマジラミが見つかったら



— 発生時対策 —



施設内でアタマジラミが発生したときには、次のことを行いましょう。

職員が行うこと

- ① 冷静な対応を心がけましょう
- ② 子どもや保護者への発言や態度に注意を払いましょう
- ③ 仲間外れやからかいの対象がないか確認しましょう
- ④ 衣類・寝具などの管理をしましょう
- ⑤ 施設内を清掃しましょう
- ⑥ 対策がうまく行われているかチェックしましょう

① 冷静な対応を心がけましょう

子どもにアタマジラミが寄生しても、適切に対策を行えば短期間で駆除することができます。まん延を防ぎ、早期に対応するためにも、冷静な対応を心がけましょう。

② 子どもや保護者への発言や態度に注意を払いましょう

アタマジラミに寄生された子どもの保護者は、「子どもが仲間外れにされるのではないか」、「自分の子どもが原因で広まったように思われるのではないか」「感染症にかかるのではないか」などの不安や誤解を持つ人も多いと思います。

寄生されている子どもやその保護者の対応に当たっては、できるだけ不安を取り除き、他の人には分からないように配慮しましょう。

他の子どもの保護者には、施設内でアタマジラミが発生し

ていることを知らせることで、十分対策を行えます。

特定の人に寄生しているという情報は、職員や寄生されている子どもの保護者が分かっているならば、特に問題ありません。

③ 仲間外れやからかいの対象がないか確認しましょう

アタマジラミのことで仲間外れなどにされそうな子どもがいないか、注意を払いましょう。子どもや保護者にアタマジラミについて正しく理解してもらいましょう。

④ 衣類・寝具などの管理をしましょう

衣類・寝具などを重ねて置くと、アタマジラミが他の子どもの持ち物に移動し、うつることがあります。寄生されている子どもの衣類・寝具などは、他の子どもと別の場所で管理する、ビニール袋に入れるなど、保管や取扱いに注意しましょう。別の管理をしていることは、子どもや保護者には分からないように配慮しましょう。

⑤ 施設内を清掃しましょう

「日ごろから取り組もうアタマジラミ予防」の「職員が行うこと」③（10ページ）を参照してください。

⑥ 対策がうまく行われているかチェックしましょう

10日間の対策後、寄生されている子どもの頭をチェックしましょう。アタマジラミがいなければ対策は成功です。

アタマジラミが確認された場合は、適切な対策が行われていないか、再寄生されている可能性があります。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。

また、他の子どもがアタマジラミに寄生されている場合も考えられますので、子どもの様子（頻りに頭をかいていないかなど）を確認しましょう。

何度か対策しても駆除できない場合は、保健所に相談しましょう。

保護者への対応

- ① 早急に寄生についての情報を周知しましょう
- ② アタマジラミに関する正しい知識を提供しましょう
- ③ アタマジラミの対策を行うように依頼しましょう

① 早急に寄生についての情報を周知しましょう

施設内で被害が発生した場合、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。その際は、「もしアタマジラミが見つかったら」の「職員が行うこと」②（13～14ページ）を参照してください。

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」と心配する人もいます。施設側の対応策などを明確に保護者に伝えましょう。

② アタマジラミに関する正しい知識を提供しましょう

子どもや保護者に誤った情報が広まることで、対応が遅れたり、仲間外れの原因となることがあります。再度、正しい知識を提供しましょう。

③ アタマジラミの対策を行うように依頼しましょう

「アタマジラミの対策はこうしよう」（19～21ページ）を参考に、家庭でも対策を行ってもらいましょう。



子どもへの対応

- ① 身の回りの物は共用を避けましょう
- ② 衣類・寝具などを持ち帰る回数を増やしましょう
- ③ 昼寝の際は、普段より布団の間隔を広くしましょう

① 身の回りの物は共用を避けましょう

「アタマジラミの対策はこうしよう」Ⅲ（21ページ）を参照し、衣類・寝具などは所定の場所に置くようにしましょう。

② 衣類・寝具などを持ち帰る回数を増やしましょう

普段よりも衣類・寝具などの持ち帰る回数を増やし、洗濯するようにしましょう。施設や家庭の状況も考慮し、無理のない範囲で一斉に行いましょう。

③ 昼寝の際は、普段より布団の間隔を広くしましょう

子どもには、自分の布団で寝るように話しましょう。

また、昼寝の際は、それぞれの布団を敷く間隔を普段より広くしましょう。ただし、寄生されている子どもだけを別の場所で寝かせる必要はありません。



家庭で行う対応

- ① アタマジラミの対策を行いましょ
- ② 子どもが寄生された場合は、早急に施設に連絡しましょ
- ③ 施設で使用している衣類・寝具などの持ち帰る回数を増やしましょ

①については、「アタマジラミの対策はこうしよう」（19～21ページ）を参照してください。

②については、「もしアタマジラミが見つかったら」の「保護者への対応」①（15ページ）を参照してください。

③については、「もしアタマジラミが見つかったら」の「子どもへの対応」②（16ページ）を参照してください。



よくある質問

Q 通園や通学を制限する必要がありますか？

A 特に必要はありません。対策を適切に行うことが重要です。

Q 運動会などは参加させてもかまいませんか？

A 特に問題ありません。ただし、一つの帽子やハチマキを複数の子どもが使用するリレーなどの競技は、バトンを使用するなどの見直しが必要です。

Q 水泳はお休みさせたほうがよいですか？

A 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、適切な対策を行っていれば、特にプールの利用を制限する必要はありません。念のために、水泳後は毎回洗髪しましょう。

Q 保護者から「最初にアタマジラミに寄生された子どもを教えて欲しい」、「特定の子どもと遊ばせないでほしい」という相談がありました。どのようにすればよいでしょうか？

A アタマジラミに寄生された子どもは全員被害者です。このような相談は、まったく意味がないばかりか、仲間外れが起きることも考えられます。適切な対策を行えば、短期間に駆除を行うことができます。皆さんと一緒に対策していきましょう。

Q 保護者から「室内に殺虫剤を散布してほしい」と言われたのですが、どうしたらよいでしょうか？

A アタマジラミは、掃除機をかければ取り除くことができます。特に殺虫剤の散布は必要ありません。



アタマジラミの対策はこうしよう



* 寄生されている人は、次のⅠからⅢまでの対策を行いましょ
う。

* 寄生されている可能性のある人は、次のⅠとⅢの対策を行
いましょう。

例：寄生されている人の家族、職員、クラスメート
一緒に遊んでいる子ども など

アタマジラミ対策チェックシート

寄生されている人

寄生されている可能性のある人
〔家族・職員・クラスメート
一緒に遊んでいる子ども〕

以下の対策Ⅰ～Ⅲ

10日間

頭部のチェック

いる

いない

対策の
見直し

予防
対策

頭部のチェック

いる

いない

予防
対策

Ⅰ 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、洗い流せま
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。

Ⅱ 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。

スキグシを使用すると、卵、幼虫、成虫を取り除けます。

スキグシが入手できない場合は、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

レインコートを着せる。



②

ビニールシートを敷いたイスに座らせる。



③

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。



④

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し。とかしごとにクシを明らかに照らし、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回くらいとかし。



⑤



⑥

髪をすべてとかし終えたら、ドライヤーで乾かす。



⑦

コートを脱がせ、洋服にハケをかける。



⑧

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。



⑨

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。

Ⅲ 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、使用後、ハケをかけるようにしましょう。

その他の方法として・・・

卵を取り除く

通常はⅠからⅢまでの対策をしていれば十分ですが、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。ⅠからⅢ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。

駆除した後も気を付けて

アタマジラミは、いったん駆除された後にも、再び被害が発生する可能性があります。施設や保護者は「[日ごろから取り組もうアタマジラミ予防](#)」(9～12ページ)を参考に、継続して対策に取り組みましょう。

家庭との関係について

様々な事情から、アタマジラミの対策が適切に行えない家庭もあるかと思えます。しかし、アタマジラミの対策は家庭と一緒にするのが原則です。子どもにとって一番良い方法を保護者と一緒に考えていきましょう。

ただし、対策が遅れると、施設内で寄生が拡大することなどにつながるおそれもあります。やむを得ず施設で対策を手伝う場合は、以下の点に留意しましょう。

- ① あくまで家庭で行う対策の補助であることを保護者に理解してもらいましょう。
- ② 家庭で行う対策を施設内で行う場合は、その方法について保護者の了承をとりましょう。
※「洗髪」、「髪をとかす」などの対策を行う場合は、子どもの体調には十分注意しましょう。「[アタマジラミの対策はこうしよう](#)」(19～21ページ)を参考にしましょう。
- ③ 他の子どもや保護者に分からないように配慮しましょう。



保 健 所 一 覧

アタマジラミについての相談・問い合わせ先は次のとおりです。

名称	所在地・電話番号	管轄地域
西多摩保健所	〒198-0042 青梅市東青梅5-19-6 電話 0428-22-6141	青梅市・福生市・羽村市・ あきる野市・瑞穂町・ 奥多摩町・日の出町・檜原村
南多摩保健所	〒206-0025 多摩市永山2-1-5 電話 042-371-7661	日野市・多摩市・稲城市
町田保健所	〒194-0021 町田市中町2-13-3 電話 042-722-0621	町田市
多摩立川保健所	〒190-0023 立川市柴崎町2-21-19 電話 042-524-5171	立川市・昭島市・ 国分寺市・国立市・ 東大和市・武蔵村山市
多摩府中保健所	〒183-0022 府中市宮西町1-26-1 電話 042-362-2334	府中市・小金井市・ 調布市・狛江市・ 武蔵野市・三鷹市
多摩小平保健所	〒187-0002 小平市花小金井1-31-24 電話 042-450-3111	小平市・西東京市・ 東村山市・清瀬市・ 東久留米市
島しょ保健所	大島出張所 〒100-0101 大島町元町馬の背275-4 電話 04992-2-1436	大島町・利島村・ 新島村・神津島村
	三宅出張所 〒100-1102 三宅村伊豆1004 電話 04994-2-0181	三宅村・御蔵島村
	八丈出張所 〒100-1511 八丈町三根1950-2 電話 04996-2-1291	八丈町・青ヶ島村
	小笠原出張所 〒100-2101 小笠原村父島字清瀬 電話 04998-2-2951	小笠原村

※ 特別区や八王子市にある施設については、各区や市を管轄する保健所の環境衛生の担当までご連絡ください。

保育所・幼稚園・小学校の先生のための…
アタマジラミ読本

平成20年3月発行 登録番号(19)550
編集・発行 東京都福祉保健局健康安全室環境衛生課
電話 03-5320-4391
印刷 よしみ工業株式会社