



夏の強い暑さもようやく落ち着き、ホッとしている今日このごろ、さわやかな風に秋の深まりを感じます。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもありますので、手洗い・うがいや衣服の調節などをして過ごしましょう。

< 歯科健診 >

☆11月の歯科健診では次の項目などについて診ていただきます。

- ・ 歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか
- ・ 虫歯はないか
- ・ 歯垢が付いてないか
- ・ 歯肉が腫れていないか
- ※健診の日は、朝食後、よりていねいに歯みがきをしてきましょう。



< 秋の内科健診 >

☆内科健診では次の項目などについて診ていただきます。

- ・ 心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ・ 皮膚の状態に異常がないか
- ・ 病気などにかかっているか
- ・ 日常、気になることを相談することもあります



< 歯みがき >

☆歯ブラシ選び

- ・ 毛先が粗くないもの
- ・ 口の大きさに合う、年齢に応じたサイズのもの
- ・ 仕上げ用と子ども自身が使う歯ブラシは別にする
- ・ 仕上げ用は持ち手が長く、子ども自身が使うものは持ち手が短いものがおすすめです
- ・ 歯ブラシ選びは歯科医に相談すると安心です



☆こんな環境がむし歯になりやすい

- ・ 歯ブラシ（仕上げみがき）を怠ってしまう
- ・ おやつ時間を決めずダラダラ食べさせる
- ・ 不規則な生活をしている（食事時間を決めていない）
- ・ 就寝時間は遅く夜更かしをしている
- ・ 大泣きがおさまらない時、ついお菓子を与えてしまう
- ・ バランスの良い食事をせずスナック菓子で満たす

など

※かかりつけ医を決めておくことと相談しやすく、歯や口の中についても経過がわかり、継続した診療が受けられる利点があります。

< 10月の予定 >

- 4日（火）0歳児身体測定
- 5日（水）1歳児身体測定
- 6日（木）2歳児身体測定
- 7日（金）3・4・5歳児身体測定
- 13日（木）全園児内科健診
- 20日（木）3歳児手洗いのお話
- 24日（月）4歳児手洗いのお話
- 25日（火）5歳児手洗いのお話



< 感染症 > (8/25~9/24)

- ・ 手足口病 1名 (3歳児)
- ・ RSウイルス感染症 1名 (1歳児)
- ・ 咽頭結膜熱 1名 (0歳児)

咳の症状が出やすい季節になりました。病気が隠れていることがありますので、早めの受診にご協力をお願いします。また、インフルエンザ予防接種ワクチンが始まります。ワクチンで症状の軽減や予防につながることもありますので積極的な接種をおすすめします。できることを済ませておくことで安心して過ごせると思います。