

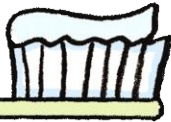


ほけんだより 6月号

西 国 分 寺 保 育 園
令 和 7 年 6 月 2 日
園 長 奥 野 か よ
看 護 師 久 保 田 佐 原 山 本

梅雨の季節がやってきました。ジメジメとした日やとても暑い日があったりとこの時期は体調を崩しがちです。バランスのよい食事と睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。

虫歯予防デー



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- 前歯は歯ブラシを 90° にあててみがきましょう。
- 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを 45° にあてましょう。虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



※全園児歯科検診は9月を予定しています。その前に気になることがある方は歯医者さんに相談してみましょう。

梅雨の時期の注意点

■食中毒

食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。お弁当には十分に加熱した物を入れましょう。

■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意しましょう。

■かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったなら上着などで体温調節を行うようにしましょう。

6月の保健行事

- 4日(水) 空組 歯のお話
- 10日(火) 0歳児身体測定
- 11日(水) 1歳児身体測定
- 12日(木) 2歳児身体測定
- 13日(金) 幼児身体測定
- 25日(水) 0歳児健診



5月の感染症報告

- ・水痘(水ぼうそう) 4名
- ・急性結膜炎 2名
- ・感染性胃腸炎 1名
- ・溶連菌感染症 1名