



平成30年6月1日発行
 すくすくどろんこの会
 看護師：山口友恵

6月のほけんだより

もうすぐ梅雨の時期を迎えますね。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。
 過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日のお子さまの様子の変化に気を配っていきましょう。

6月4日は むし歯予防デー

歯みがきの習慣づけが、むし歯予防の第一歩。幼児さんになると、園では昼食後、歯みがきを行っています。ご家庭でも、毎食後すぐに磨く習慣をつけ、最後は大人が仕上げ磨きをするようにしましょう。

正しく磨くためのポイント

- ブラシやグリップの形がシンプルで小さめの歯ブラシを使う。
- 磨く面に直角にブラシを当てる。
- ブラシは、柔らかい力で、できるだけ細かく動かす。
- 1本1本磨くつもりで磨く。

もしかして…むし歯？

むし歯があると、食事中、こんな様子が見られることがあります。

同じほうばかりでかんでいる

いつまでも飲み込まない

かまないで丸飲みする

※もし気になるようなら歯医者さんに相談してみましょう。

食中毒に要注意

温度と湿度が高くなると、食中毒が多く発生しやすくなります。
 カビや雑菌も繁殖しやすくなります。
 保育園に持ってくる水筒のバッキンや、乳児さんで使用するお食事エプロンとお手拭は、塩素や熱湯で細目に消毒しましょう。

7月からプールが始まります

プール遊びが始まる前に、今一度お子様の皮膚をよく観察しましょう。水いぼがあったり、肌荒れがひどい場合は、皮膚科を受診し、治療を始めましょう。心配や質問等あれば、担任や看護師にご相談下さい。

