



ほけんだより 6月号

令和3年6月1日
ゆめわかば保育園

長ぐつを履き、水たまりを楽しみながら登園してくる子どもたちの姿が微笑ましい季節となりました。
気候の不安定な梅雨時期は、気分のすっきりしない湿度の高い毎日となります。食欲が落ちる、また発汗が多くなり不快に感じるようになるので、健康と衛生面に注意して子どもの生活リズムを崩さないよう気をつけていき

歯みがき

歯みがきが始まります!

7月に入ったら、4・5歳児クラスを対象に船橋市の歯科衛生士さんが歯みがきのお話をしに来てくれます。(日程は決まり次第お伝えします。)

その後、食後に安全面(歯磨き中はふざけない、立ち歩かないなど約束を守る)、衛生管理(滅菌庫使用、週末の持ち帰り)に十分配慮しながら行きます。これを機会におうちでも歯磨きの習慣を身につけましょう。

こんな環境が虫歯になりやすい!

- 子どもが知っている場所にジュースや乳酸飲料を置いている
- おやつは歯に付きやすいお菓子が多い
- 乳歯の虫歯は生えかわるからと放置している
- 治療すれば虫歯は治ると思って、予防をしなかったり、子どもが嫌がると歯みがきを怠ってしまう
- フッ素を塗れば虫歯にならないと思っている
- 仕上げみがきをしていない
- 歯の検診をしない
- 食事の時間が決まっていない
- 子どもの言うままにお菓子を買い与える
- 電車や車などに乗る時、静かにさせるために甘い物を持たせる

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。食材は十分に加熱して食べましょう。
- **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て下さい。
- **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、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにして下さい。

おしらせ

内科健診 6月3日(木) 9:30~

医師に相談したい事や聞きたい事がありましたら、事前に口頭又は、連絡帳で担任までお知らせ下さい。