



ほけんだより

令和4年6月1日発行
社会福祉法人悠晴
大島なかよし保育園 看護師

梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。衣服の調整にはいつも以上に気を配るようにしましょう。また雨で滑りやすく、けがも増える時期ですので、ご家庭でも十分に注意しましょう。

6月の保健行事予定

7日（火）内科検診

9日（木）歯科検診

中旬以降 身体測定

5月の感染症発生

感染性胃腸炎 2名

6月4日～10日は歯と口の健康習慣！

ものを食べるのに欠かせない「歯」。乳歯は生え変わるので虫歯になっても大丈夫だと思う方もいるかもしれませんが、乳歯の虫歯は永久歯の発育や歯並び、顎の発達などにも悪影響があります。また乳歯が虫歯で抜けてしまうと、食べることに支障が出るため、体の成長にも影響します。小さいころから歯みがきの習慣をつけて、歯を守りましょう。



歯磨きで虫歯を防ぐ！ 歯磨きを好きになる3つのポイント

POINT1 好きな歯ブラシを使わせる

子どもが選んだ歯ブラシのほうが、楽しく、自分で進んで歯磨きできます。仕上げ磨き用には、本人が使うものとは別に、サイズや年齢に合ったものを選びましょう。

仕上げ磨きは小学校3年生くらいまで続けるのがベストです。

POINT2 やさしく見守る

歯磨きタイムは、食後の忙しい時間帯なので、つい「早く！」「ちゃんと磨いて！」などと言いがち。でも子どもは楽しいほうが取り組みやすいもの。仕上げ磨きのときは笑顔でおこなってみよう意識してみてください。

POINT3 仕上げ磨きは痛くしない

歯を強く磨いたり、粘膜や歯茎に歯ブラシが当たると、痛くて仕上げ磨きを嫌がるようになってしまいます。手の甲に歯ブラシを当ててこすったときに、毛先が広がらない程度の力加減を目安に、優しく丁寧に磨いてあげましょう。

～虫よけについて～

虫刺されは、掻きこわしてしまったりとびひになることがあります。登園前には虫よけ剤の塗布をお願いします。虫に刺されやすくラッシュガード等を着用希望の場合には、職員までご相談ください。赤みが強い、薬を塗ってもよくなる場合には病院で診てもらって下さい。虫よけと日焼け止めを併用する場合には、日焼け止めを塗った上から、虫よけ剤を使用しましょう。

春の健康診断

7日（火）内科検診の日は着脱のしやすい衣類を着用してきてください。

9日（木）歯科検診の日は朝食後に丁寧に歯磨きをしてきてください。

両日ともに9：15までの登園をお願い致します。