



6月のほけんだより

令和元年 6月

育心保育園

美童保育園

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなりました、また天気が変わりやすいこの時期は、もっとも体調崩しやすい季節でもあります。バランスの良い食事や睡眠をしっかりととり 元気に過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日のお子さまのようすの変化に気を配っていきましょう。

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によって口の中を洗い流し、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！



5月のほけん

育心保育園

結膜炎...3名 胃腸炎...1名

RSウイルス...1名 アデノ...7名

手足口病...1名 溶連菌...1名

ヘルパンギーナ...1名

美童保育園

発熱...5名 体調不良...3名

下痢...1名 扁桃炎...4名



当園では、軽い傷口や虫刺されなどに応急処置としてアロマバームを使用していますが、使用を控えてほしい場合は、担任へ申し出て下さい。
【効能】
抗炎症作用
抗菌作用