


ほけんだより

梅雨の季節がやってきます。この時期は、じめじめと蒸し暑い日があるかと思うと、ひんやりとする日もあります。また、梅雨の晴れ間には真夏のように日差しが強く熱中症の危険もあります。衣類の調節や汗の始末をきちんとして心地よく梅雨を乗り越えましょう。

～眼科検診・歯科検診のお知らせ～


【眼科検診】	【歯科検診】
6月12日(水)	6月10日(月)
10:00～	11:30～

眼科検診・歯科検診は年に一度です。
貴重な機会となりますので、欠席のないようご協力をお願いいたします。



【虫よけ・虫刺されについてのお願い】

これからの時期、蚊などによる虫刺されが多くなってきます。保育所では午前中にお散歩や園庭など外に出ることが多いため、必要な際にはご家庭で虫よけ対策をしてから登園をお願いします。シールタイプ・リングタイプの虫よけや虫刺されパッチについては、安全面や管理面を考え、保育所内での使用は控えていただくようお願いいたします。虫刺されが心配の際には薄手の長袖長ズボンのご用意をお願いします。保育所では、刺された際には「ムヒ・ベビー」を塗って対応しています。身体に合わないお子さんはお知らせください。ご協力をお願いいたします。




～歯を大切に～

6月4日～11日は「歯と口の健康習慣」です。虫歯予防には歯磨きの習慣が大切です。子どもたち自身で食べた後の歯磨きの大切さが分かるよう、保育所でも伝えていきたいと思えます。就寝前には保護者の方の手で仕上げ磨きをお願いします。スキンシップも兼ねて、お子さんの歯と口の健康状態を見てほしいと思えます。

かかりつけ歯科医はありますか？

歯と口の健康を守るためには、歯科医院で定期的にチェックしてもらうことが大切です。かかりつけ医による定期的な健診で、子どもの歯と口の健康が保たれるように心がけましょう。

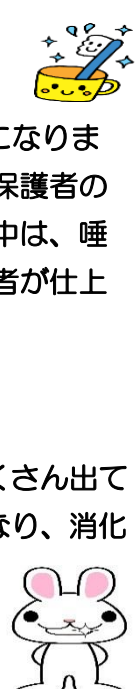


健康な歯を作るためのポイント

【歯みがき】
4・5歳になると自分で歯をみがくようになりますが、みがき残しも多く見られるため、保護者の仕上げ磨きが必要になってきます。睡眠中は、唾液が少なくなるため、特に寝る前は保護者が仕上げみがきをするようにしましょう。

【よくかんで食べる】
食べ物をよく噛んで食べると、唾液がたくさん出てきます。食べ物の味がよく分かるようになり、消化吸収を助け、虫歯の予防にもなります。


【食生活】
間食をだらだらと食べていると、口内の酸性の状態が長く続き、むし歯になりやすい環境を作ってしまいます。毎回の食事や間食は、時間を決めて取るようにしましょう。



6月の身体測定

ひよこ組：13日	りす組：13日
あひる組：5日	うさぎ組：10日
ぞう組：4日	きりん組：3日

☆ 乳児健診 13日 9:30～



これからまだまだ暑くなります。保育所ではこまめな水分補給や、休息取りながら熱中症予防に努めます。ご家庭でもお子さんの体調に気を付けていただくようお願いいたします。

6月は歯科検診があります。検診後「歯科検診結果のお知らせ」をお渡しします。虫歯などがある場合には必ず歯科受診をし、最後まで治療をするようにしましょう。治療終了後、お知らせの下に付いている「治療確認証」を必ず保育所に提出してください。