



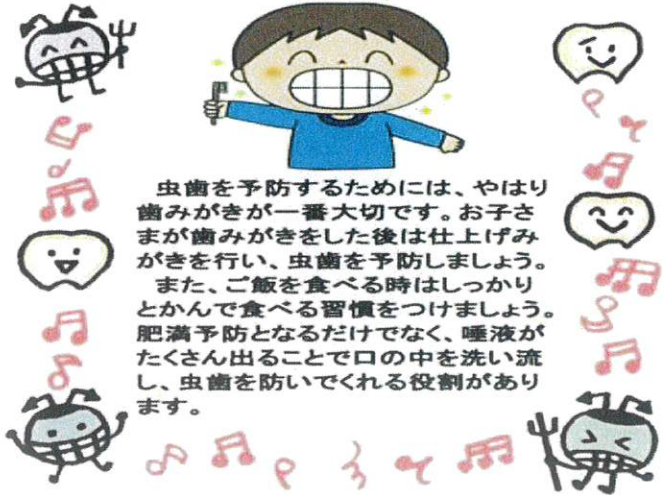
ほけんだより



たがみ台保育園 R7.5.29(木)発行

アジサイが咲く季節となりました。この時期は、急に熱くなる日があったり、肌寒い日があったりと体調を崩しがちです。バランスのよい食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう

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つけましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、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。



☆検診のお知らせ☆

内科検診と歯科検診が下記の日程で行われます。

◎健診の結果については、再検査等が必要な場合のみ個別にお知らせします。ご了承ください。

◎健診の当日はなるべくお休みしないようお願いいたします。また、当日検診のみ出席される方は担任までお知らせください。

内科検診：6月 4日(水) 14:30～

歯科検診：6月 6日(金) 10:00～



熱中症に気をつけましょう

乳幼児の体の水分の割合は、体重の70～80%といわれています。上がった体温を、汗をかくことで下げているため、こまめな水分補給が必要になります。子どもたちに一番適している飲み物は、水または麦茶です。イオン飲料は、塩分のとりすぎになることがあるので、気をつけましょう。

また、ジュースは糖分が多くて満腹感もあるため、食事が食べられなくなる原因にもつながります。上手な水分補給で、熱中症を予防しましょう。

水遊びが始まる前に

「水いぼ」の確認を!

伝染性軟属腫ウイルスが原因でできる1～5mm程度のいぼで、お腹や肘、脇の下を中心に全身に広がります。いぼがつぶれて、その液が他の場所につくとうつります。肌と肌の接触やタオルなどの共有でうつりやすいので注意が必要です。アトピー性皮膚炎の子や、かゆくてかきこわしてしまうような場合には、プールなどの遊び方に対して無理なくすすめていきたいと思っておりますので、職員にご相談ください。

現在園で出ている感染症

・ヘルパンギーナ