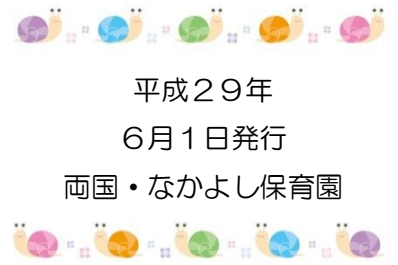




6月のほけんだより



平成29年

6月1日発行

両国・なかよし保育園

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。過ごしやすい環境づくりに配慮し、毎日のお子さんの体調の変化に気を付けていきたいと思えます。

6月の保健行事

*0歳児健診：6月1日（木）9：30～

もも組さんは登園のご協力をお願いします。また、園医に質問がある方は連絡ノートをご活用ください。

4・5歳児対象：歯科衛生指導：6月15日（木）
9：40～

5月の歯科検診未受診のお子さんは検診も行います。しっかり歯を磨いてから登園をしてください。

ゆり組さん、ひまわり組さんは歯ブラシ・コップ・手鏡を持参してください。

6月4日はむし歯予防デー

むし歯予防4つのポイント
たいせつな歯をむし歯にしないために、次の4点に注意しましょう。

① 食べたらかき習慣を

食後30分以内にみがぐことで、菌の繁殖を抑えます。

② 栄養バランスのよい食事を

バランスのよい食事で、糖質のとりすぎは抑えられ、また、骨、歯によいとされるカルシウムは、ビタミン類やリンといっしょにとることで吸収されやすくなります。

③ 規則正しい生活習慣を

生活リズムの乱れ、特に睡眠不足は、体の機能が低下し、抵抗力が弱まるなど、体のあらゆる面において悪影響を及ぼします。

④ 定期的に歯科検診を

むし歯は、早く発見し治療することで、永久歯に影響を残さずすみずみです。

正しく磨くためのポイント

- ブラシやグリップの形がシンプルで小さめの歯ブラシを使う。
- 磨く面に直角にブラシを当てる。
- ブラシは、柔らかい力で、できるだけ細かく動かす。
- 1本1本磨くつもりで磨く。



5月の感染症

- 感染性胃腸炎：1名
- 胃腸炎：1名
- 溶連菌：1名
- 突発性発疹：1名
- 手足口病：1名

気をつけよう！ 夏にはやる病気

夏に気をつけたい感染症。代表的な3つについて、主な症状を挙げてみました。気になる症状が見られたら、病院を受診しましょう。

ヘルパンギーナ

高熱とのどの痛み。特にのどは、水ほうや潰瘍ができるため、かなり痛む（乳児はミルクが飲めないほど）。



フェル熱

（咽頭結膜熱）

高熱とのどの痛みのほか、目の痛み・かゆみ・充血など、結膜炎のような症状がでる。

手足口病

手のひらや足の裏、口の中に小さな発しんや水ほうができ、熱が出ることも。



登園時のお願い

薬を使用している場合は必ず受け入れ時の職員にお伝えください。特に、テープ類（ホクナリンテープなど）は万が一剥がれてしまったときに、誤食につながる危険があるため、貼付部位を確認させていただくためにもお声掛けをお願い致します。