



ほけんだより

2019年度
6月1日発行
両国・なかよし保育園
看護師

梅雨の季節になり、湿度・温度ともに高くなり、天候が変わりやすい時期になりました。過ごしやすい環境作りに配慮していきたいと思います。

6月の保健行事

* 歯科衛生指導:6月27日(木)10:00~

ゆり・ひまわり組さん対象に行います。

* 0歳児健診:6月6日(木)9:30~

もも組さん登園のご協力よろしくお願ひします。また5月の内科健診を受けてないお子さまも登園よろしくお願ひします。

5月の感染症

アデノウイルス 2名

手足口病 12名

6月は湿度・気温ともに高くなり体をくずしやすい時期になります。体調の変化に十分気づけて、観察していきたいと思います。



6月4日はむし歯予防デー

綺麗で丈夫な永久歯のために、乳幼児期の歯を健康に保つことはとても重要です。虫歯の要因や予防についての理解を深め、大切な歯を虫歯から守りましょう。虫歯予防の4つのポイント。



歯みがき習慣を

食べた後歯磨きをするようにしましょう。食後30分以内にみがくことで菌の繁殖を抑えます。

栄養バランスのよい食事を

バランスの良い食事で、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一緒にすることで吸収されやすくなります。



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。

定期的に歯科検診

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ます。



4・5歳対象歯科衛生指導

6月27日に山田歯科医院の山田先生による4.5歳児を対象とした歯科衛生指導を行います。

ゆりさんとひまわりさんの園児は手鏡・ハブラシ・コップを持参してください。またひまわりさんは、洗口液を使用し、歯の染め出しを行いますので、衣服に付着する可能性があります。汚れても大丈夫な服で登園よろしくお願ひします。