



6月のほけんだより

令和3年5月31日
社会福祉法人たつみ会
認定こども園
柱本保育園
こども未来学舎

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、もっとも体調を崩しやすい時期でもあります。バランスのよい食事や睡眠をしっかりとって、元気に過ごしていきましょう。

6月のほけん目標 ・清潔に過ごす ・歯の健康を考える



6月4日は虫歯予防デー

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手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。よく噛むと運動能力が発達するといわれています。きれいな歯並びは、正しい発音を育てます。健康な乳歯の下で、健康な永久歯が育ちますので、歯を大切にしていきましょう。



梅雨の時期の注意点

■食中毒

食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。

■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意してください。登園には園児の傘の使用はご遠慮いただき、ポンチョやレインコートをご使用ください。

■かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がりが寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしてください。



もしかして…むし歯？

むし歯があると、食事中、こんなようすが見られることがあります。

- 同じほうばかりでかんでいる
- いつまでも飲み込まない
- かまないで丸飲みする



胃腸炎症状(下痢・嘔吐)について

体調を崩しやすい気温となり、胃腸炎症状の流行の兆しがみられます。ウイルスが原因で、吐き気や嘔吐、下痢、腹痛などの症状が見られ、発熱する場合があります。下痢や嘔吐がある場合は早めに病院を受診し、脱水症状にならないよう、こまめな水分補給を心がけましょう。また、吐物や便にはウイルスが含まれているので適切な処理をし、片付け後は、手洗い・うがいをきちんと行いましょう。嘔吐、下痢をしているときは、体力は低下し本調子ではありません。ご家庭で1日以上身体を休めて体調を整えて頂くようお願いいたします。 集団生活での感染拡大防止にご協力をお願いいたします。

汚れた衣服は…

●85℃の熱湯に1分以上浸けるか、塩素系漂白剤を薄めた物で消毒します。

●汚れた場所もしっかりと消毒を行いましょう。

●消毒ができたなら洗濯機に入れて洗いましょう。

じめじめした季節となり風邪症状(鼻水、咳)が出ているお子様が多く見られます。早めの対応をお願いします。



☆体調の把握のため、うえがさくら連絡帳の入力のご協力をお願いします



歯科検診

6月4日(金) 9:30~



- ◇ 歯科検診では次の項目を調べます。
- ◇ ○歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか
- ◇ ○虫歯はないか
- ◇ ○歯垢が付いてないか
- ◇ ○歯肉が腫れていないか
- ◇ 検診の日は、朝食後、丁寧に歯みがきをしてきましょう。



未治療の歯を指摘されたお子様は、当日にお手紙を配布しますので、早急に歯科への受診をお願いします。治療が終了した時にはお知らせください。

