

# 6月 ほけんだより

2021年6月1日発行  
新川崎みらいのそら保育園



梅雨に入り、アジサイの鮮やかな色が目を引く季節となりました。温度も湿度も高くなっていくこの時期は、熱中症の危険も高まります。水分補給と体調管理を行い、汗をかいたら拭き濡れた服は着替えるなど十分に注意していきましょう。また、徐々に新型コロナワクチンが普及してきていますが、一般接種はもう少しかかりそうです。引き続き手指衛生や咳エチケット、密を避けるといった感染対策を行っていきましょう。

## 6月4日～ 歯と口の健康週間！

ものを食べるのに欠かせない「歯」。乳歯がむし歯で抜けてしまうと食べる事に支障が出るため、体の成長にも影響します。小さいころから歯磨きの習慣をつけて、歯を守りましょう。また、歯医者さんは歯を守る強い味方です。歯が磨けているか、むし歯はないかなど、歯のトラブルを予防するために定期的に歯科健診を受けることをおすすめします。

### 0歳1歳 歯みがきの準備

歯が生え始めたら、大人が短時間で寝かせみがきを開始。歯ブラシに興味をもち、自分でくわえているときは事故のないようしっかり見ててください。

### いやがるときは…… 2



### 2歳 保護者がみがく

自分でやりたがる時期。必ず保護者が見ているところでみがかせ、その後保護者が仕上げ用ブラシで寝かせみがきをしてください。

### いやがるときは…… 1



かわいいコップや歯ブラシを、自分で選ばせる。

### 3～4歳 自分でみがく練習

歯ブラシの握り方や正しい動かし方を教えながら、自分でみがく練習をしていきます。まだまだ保護者の仕上げが必要です。

### 5歳 自分でみがく+仕上げ

一人でかなり上手にみがけるようになりますが、奥歯に永久歯（6歳臼歯）も生えてくる時期。保護者の仕上げみがきは大切です。



### 梅雨時期の注意

梅雨の時期は、湿気が多く細菌が繁殖しやすいため、食中毒が発生しやすいです。食事の保管には十分に注意しましょう。また高温多湿のため、手足口病やヘルパンギーナなどの夏風邪が流行しはじめる時期でもあります。腹痛や下痢・嘔吐、目の充血や痛み、咽頭痛、発疹などの症状がある場合は受診しましょう。

### 虫よけについて

蚊が発生する時期となりました。今年もレモングラスを使用した虫よけを使用します。虫に刺されるとひどく腫れるなどの理由がある場合のみ、保護者了承のもと市販の虫よけを使用します。ご希望の方やなにかご不明点のある方は職員にお声掛けください。



### 5月の報告

- \* 5月は乳児クラス1名ヘルパンギーナの発生がありました。
- \* 10・11・12日：身体測定
- \* 13日：ケガについての保健指導（つき・うちゅう組）

### 6月の予定

- \* **8日(火) 歯科健診(全クラス)**
- \* 9日(水) 身体測定(0歳児クラス)
- \* 10日(木) 身体測定(1-2歳児クラス)
- \* 11日(金) 身体測定(3-5歳児クラス)
- \* 22日(火) 内科健診(全クラス)

\* 幼児クラスを対象に虫歯予防についての保健指導を予定しています。