



もうすぐ梅雨の季節がやってきますね。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。過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日の子供達の体調の変化に気を配っていきたいと思います。



6月4日～10日は、歯と口の衛生週間

生涯ずっと健康な歯でいるためには、小さい頃からの予防の習慣が非常に重要です。乳歯の健康を保つことは、乳歯のかわりに生えてくる永久歯や顎の発育にも大きく影響します。大切な歯をむし歯から守るためにも、むし歯の要因や予防についての理解を深めましょう。

お家での虫歯予防方法



★ 7～8ヶ月頃（生え始めの時期） ★

水をつけたガーゼを指にまいて歯の表面の汚れを拭き取りましょう。小さい頃から、口に親の手を入れる習慣をつけると歯磨き嫌いの予防につながります。

離乳食の後には、口や歯の清掃をかねて白湯や麦茶を飲みましょう。水分補給のためにジュースやイオン飲料を哺乳ビンで飲ませると虫歯になりやすいので注意しましょう。

★ 1歳頃（何本か生えてきた時期） ★

少なくとも1日1回は、小さな柔らかい歯ブラシで歯を軽くこすって汚れを取ってあげましょう。また、歯ブラシが上唇の裏側にある上唇小帯にあたると痛がるため、上前歯を磨くときは当たらないように注意しましょう。



おやつは、量と時間を決めて与えましょう。ダラダラと長い時間食べ物が口に入っていると虫歯がでやすくなります。

★ 2～3歳頃 ★

そろそろ自分で歯ブラシを持ってみがく練習を始めましょう。歯磨きの絵本などを使って歯磨きを習慣にしましょう。まだ上手に磨けないので、必ず仕上げ磨きをしてあげましょう。

食事は、1日3回。できるだけ決まった時間に食べましょう。そろそろブクブクうがいの練習も始めましょう。



★ 5歳すぎ ★



ひとりで磨けるようになってきます。毎食後の習慣をつけていきましょう。まだ仕上げ磨きは必要なので、小学校低学年ぐらいまでは、必ず確認してみてくださいね。

歯の生える月齢や歯の質等は一人ひとり違います。フッ素塗布等の予防方法もあるので、かかりつけの歯科医を持ち、早くから検診、相談をすることを勧めます。



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。
加熱した物も放置すると傷みやすいので気をつけましょう。
- 皮膚トラブル・子どもは新陳代謝が活発で、たくさんの汗をかきます。放っておくと皮膚のトラブルにもつながるので、体を清潔にして快適な毎日を過ごせるようにしましょう。汗をかいたら、こまめにシャワーを浴び、お風呂上がりはバスタオルでしっかり体を拭きましょう。あせもができている時は、上から優しく押さえて水気を取ります。濡れタオルで優しく拭き取ることも効果的です。
- 虫刺され・・・虫に刺されたら、まずその部分を洗い流して清潔にします。
ハチや毛虫の場合は、セロハンテープなどを軽く皮膚に当てはがし、残っている毒針や毒毛を取り除きます（あまり強くしないようにします）



胃腸炎に注意！！



幼児、乳児ともに保育園で胃腸炎、嘔吐や下痢の風邪が大流行しています。

○どんな症状？

突然始まる嘔吐、下痢が主な症状で発熱することもあります。

○気をつけることは？

吐いた物や排泄物は、大量のウイルスが蔓延しています。家族に移さないように処理をする人は手袋、マスク、使い捨てエプロンを装備しましょう。また、約2週間程は便にウイルスが排泄されるので、症状が治まったとしても便の交換後はしっかり手洗いをしましょう。

☆症状がしっかり治まってから医師の指示・登園基準に従って登園をお願い致します。



6月の予定

- 1日（水）衛生調べ（全園児）
- 2日（木）視力検査（そう・きりん）
- 8日（水）眼科検診（くま・そう・きりん）
- 14日（火）乳児発育測定
- 15日（水）幼児発育測定
- 16日（木）歯科検診（全園児）
- 21日（火）内科検診（全園児）

保育園でのマスク着用について

日頃から、新型コロナウイルス感染症拡大防止へのご理解とご協力ありがとうございます。園では、基本的に園児のマスクの着用は任意としております。風邪や感染対策の理由でマスクを装着して登園する園児もいます。外遊び、室内での活動でも体を動かす際は必ず外すように声掛けを行っています。これから徐々に暑くなってきますので、ご家庭でも気を付けて過ごすようにしましょう。

