

保護者各位

社会福祉法人 夢工房  
美ら夢こども園

## 6月ほけんだより



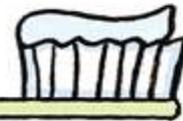
もうすぐ梅雨の季節がやってきますね。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日の子ども達の体調の変化に気を配っていきたいと思います。



### 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瓶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きやすくなります。

### ★ 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、相談をすることをお勧めします。

# ヒトメタニューモウイルス感染症 という

病気を知っていますか？



流行って  
います

## ヒトメタニューモ感染症の症状とは…

感染力が強いといわれていて、くしゃみや咳などで飛沫感染したり、ウイルスがついた手や鼻水を拭いたタオルなどによる接触感染で広がりやすいです。咳、鼻水、発熱などの症状が主にみられます。症状はRSウイルス感染症と似ています。乳児や幼児が感染すると、上気道炎（咳や鼻の風邪）の症状や、高熱、気管支炎などを起こしやすいといわれています。

## ヒトメタニューモウイルスにかかったら…

お医者さんに療養期間を確認して、処方された薬を飲んで熱が下がり、療養期間が終了するまでは、登園を控えてください。

意見書や登園許可証の提出は特に必要ありません。

高熱に注意！

## よう れん きん かん せん しょう 溶連菌感染症

突然高熱の出る、非常に感染力の強い病気です。  
下記の症状が見られたら、早めに受診しましょう。

症状

- 突然高熱が出て、のどがはれて痛みが出る
- 全身に発しんが出る
- 舌にイチゴ状の赤いぶつぶつが出る
- おう吐、頭痛が起こる

注意！  
症状が落ち着いたらから薬をやめると、腎炎などになる危険が。医師の指示どおり最後まで飲みましょう。

注意！

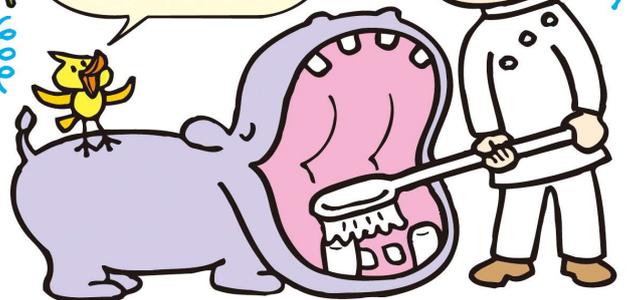
抗菌薬を飲んでから24～48時間は登園停止です。

## 歯科検診があります

14日10時～

当日の朝はしっかりと朝ごはんを食べ、きれいに歯を磨いてからの登園をお願いします。また、歯のことで心配なことがありましたらご相談ください

大きなお口で「あ～ん」！  
先生にしっかり診てもらおうね



## 6月の予定

13日（火） 4、5歳児 発育測定

14日（水） 0、1歳児 発育測定

15日（木） 2、3歳児 発育測定

★14日（水） 前期歯科検診  
※お休みしないようにお願いします。

