



6月のほけんだより

令和8年5月29日
若草保育園

東海地区の梅雨入りは本日から6月1日頃で、明けの見込みは7月19日頃になるようです。梅雨の時期の注意点を踏まえ、適度にエアコン等も利用しながら、徐々に体を暑さに慣らしていきたいですね。園内では、先月から引き続きヒトメタニューモウイルスの感染と、突発性発疹の報告を数名ずつ聞いています。引き続き、感染症対策を行っていきながら、元気に過ごしていきたいと思います。

嘱託医健診のお知らせ

6月11日(木) 14:30~…内科健診
6月25日(木) 14:30~…歯科健診

お休みなどされて受けられなかった際は、後日、嘱託医の病院で健診を受けていただきます。よろしくお願いします。

今年度の嘱託医
 内科医…Uメディカルクリニック(京町)
 歯科医…ヤーマン歯科矯正クリニック(宝町)

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。お弁当には十分に加熱した物を入れてください。
- 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、転びやすくなるので十分に注意してください。
- 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寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒かったら上着などで体温調節を行うようにしてください。

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噛ん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によって口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。

歯みがきのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
 - 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
 - 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
 - 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
 - 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。
- 虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！

