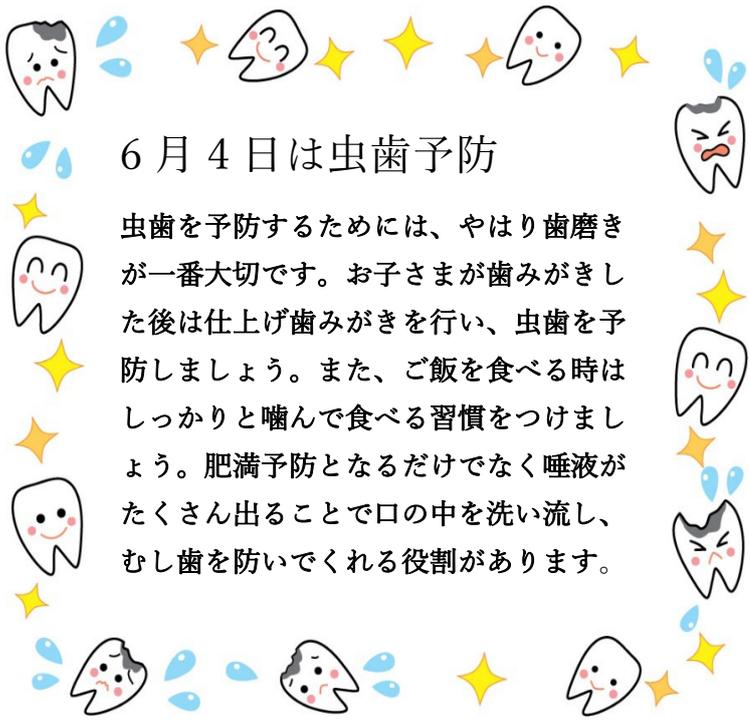




ほけんだより 6月

梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので十分に注意が必要です。引き続き、手洗い、うがい等感染予防をしっかりと行いましょう。また、衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。



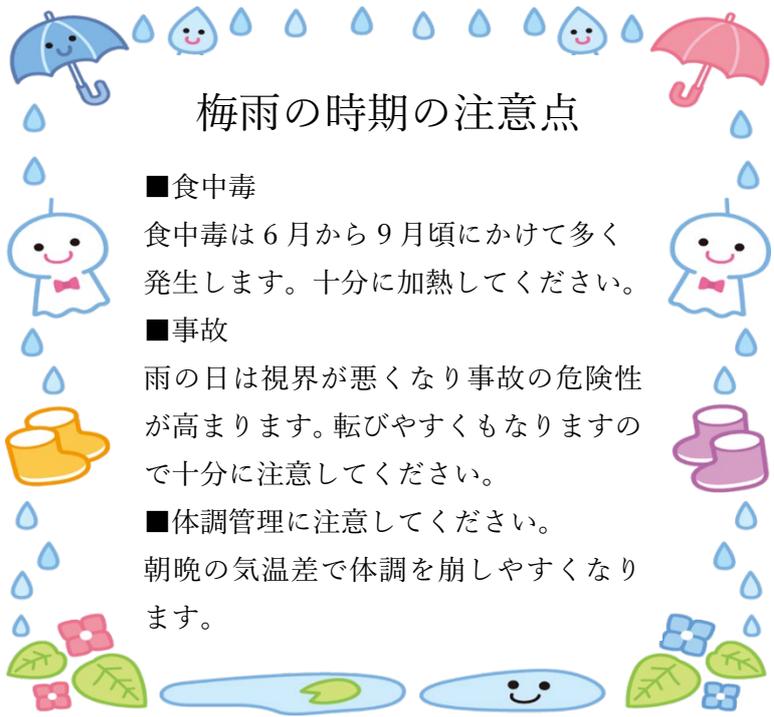
6月4日は虫歯予防

虫歯を予防するためには、やはり歯磨きが一番大切です。お子さまが歯みがきした後は仕上げ歯みがきを行い、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つけましょう。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、むし歯を防いでくれる役割があります。

6月12日(木) 歯科健診



歯科健診では次の項目を調べます。
○歯並び・噛み合わせ・顎の関節に異常はないか
○虫歯はないか
○歯垢が付いていないか
○歯肉が腫れていないか
健診の日、朝食後、丁寧に歯みがきをして登園しましょう。



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。十分に加熱してください。
- 事故
雨の日は視界が悪くなり事故の危険性が高まります。転びやすくもなりますので十分に注意してください。
- 体調管理に注意してください。
朝晩の気温差で体調を崩しやすくなります。

8020運動

『80歳で20本の歯を守りましょう』をスローガンに美味しく食べ、健康であるため歯磨きは大切です。子どもたちも昼食後歯磨きをしています。十分に磨けていない時もありますので、寝る前にお子さまの歯の仕上げ磨きをお子さまと一緒に楽しみながらしていただきたいと思ひます。