



# ほけんだより

2022年 6月 りすのき保育園 NO.3

朝晩は涼しいのですが、日中は気温が上がり、疲れやすい日々が続いています。梅雨入りも近く、蒸し暑くなる事が予想されます。水分補給をし、汗をかいたら着替え、気持ちよく過ごす事が出来るよう心掛けていきたいと思ひます。

## 今月の予定

全園児歯科検診	9日(木)	9時30分頃から木村先生に診ていただきます。
身体測定	15日(水)	全クラス
体の話	17日(金)	「水遊びのお約束」
0歳児・幼児(どんぐり)健康診断	29日(水)	14:00~15:00 大池先生に診ていただきます。

## 6月20日から、「水遊び」「プール」が始まります。

目・耳・鼻・皮膚の治療をしている方は、プールに入れるか医師に相談して下さい。

(詳しくは、後日お便りを配布いたします。)



結膜炎・中耳炎・鼻炎・咽頭炎とびひ・アトピー性皮膚炎等の治療をしている方は、医師とご相談下さい。

南多摩保健所の指導により、集団で入るプールには、適量の塩素を入れ濃度を保持しています。体に影響の無い量ですが、心配な方は医師とご相談ください。

## 乳児園庭に蚊が出始めました。

散歩や戸外で活動する時は、安心な成分の《虫よけスプレー》をつけています。園舎内でも、蚊対策をしています。刺されてしまうこともあります。刺されてしまった時は、すぐに石鹸で洗って、ムヒやレスタミンをつけています。ご家庭によっては、虫よけスプレーや薬の使用を控えてほしいという事もあるかと思ひますので、遠慮なくお申し出ください。また、蚊に刺されると、ひどく腫れてしまうお子さんは、露出の少ない服装に替えて外に出るようにしていますので、ご用意をお願いいたします。気を付けていても、刺されてしまうことがあります。ご家庭で薬を塗るなど、対応をお願いいたします。

## 6月9日(木)に、全園児歯科検診を行います。

虫歯については勿論、歯並びや、噛み合わせ、発語について診てくださいます。この日に受ける事ができなかったお子さんは、かかりつけの歯医者さんか、近くの小児歯科で診ていただくようお願いいたします。



歯を守るために「唾液」「歯磨き」「歯医者さん」の力がとても必要になります。

### 細菌 vs だ液

口の中には沢山の細菌がウヨウヨ

唾液が沢山の細菌を洗い流してくれる

◆だ液はこんなにスゴイ！

- 細菌や食べかすを洗い流して、口の中を清潔してくれる
- 初期のむし歯なら、自然に修復してくれる

だ液はかめばかむほど分泌されるので、よくかんで食べる事が大切！

### 歯垢 vs 歯みがき

唾液で流れなかった細菌が増殖し「歯垢」になる

歯垢は唾液や水でとれないので、歯磨きでとします

◆歯みがきのポイント！

- 歯と歯の間
- 歯と歯ぐきの境目
- 奥歯の溝
- 歯が重なったところ

歯垢が得意な場所を特に注意してみよう

歯ブラシが届かないところはフロスや歯間ブラシを使おう

### 歯石 vs 歯医者さん

取りきれなかった歯垢が石灰化「歯石」になる

歯科医にとってもらいましょう

◆定期的なプロケアを！

半年に1回は行こう！

歯石になってしまうと、歯みがきでは取り除けないので、歯医者さんで定期的に取ってもらいましょう

## マスクについて

厚生労働省より2歳以上のお子さんのマスクについては、「保育所等では、個々の発達状況や体調等を踏まえる必要があることから、他者との身体的距離にかかわらず、マスク着用を一律には求めない。なお、施設内に感染者が生じている場合などにおいて、施設管理者等の判断により、可能な範囲で、マスクの着用を求めることは考えられる」と指導がありました。りすのき保育園では、マスクの着用については子どもたちには、暑くなったので外してもよい事を伝えています。マスクをしなくては行けないと、子どもたちは頑張ってマスクをしている事が無いように、マスクをしている園児についても、個々に声をかけています。職員については、今まで通り、マスクの着用を続けてまいります。

今月も元気に過ごせますように。