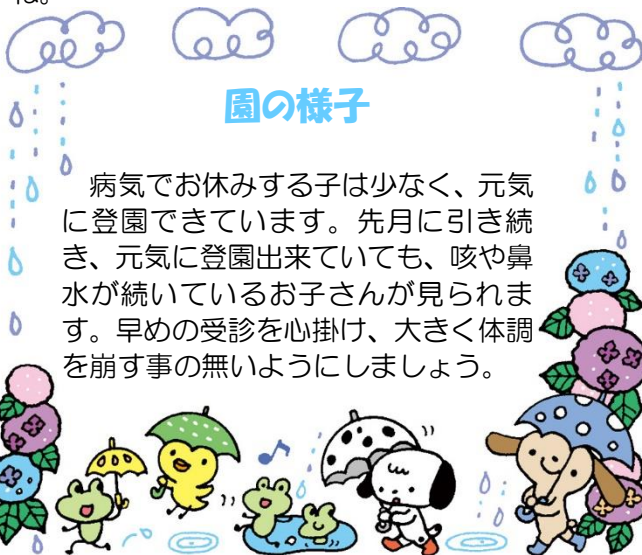




チャイルドハウスこども園

夏のような日もあれば、風が冷たく、どこか肌寒い日もあり、気温差が激しく不安定な日々が続いています。これから梅雨の時期に入ります。梅雨の時期は、温度・湿度ともに高く、じめじめとした環境で体調を崩しやすくなります。子どもの体調に気を配り、元気に過ごせるようにしていきたいですね。



園の様子

病気でお休みする子は少なく、元気に登園できています。先月に引き続き、元気に登園出来ていても、咳や鼻水が続いているお子さんが見られます。早めの受診を心掛け、大きく体調を崩す事の無いようにしましょう。



6月の保健行事

身体計測

17日(金)	5歳児
20日(月)	3歳児
22日(水)	0~2歳児
23日(月)	4歳児

元気っこ教室

3歳児「手の洗い方」

目には見えないけど、手には多くのばい菌が付いている事を知りました。ばい菌が付いた手で、ご飯を食べると、お腹が痛くなったり、熱が出たりと、大変になる事を知りました。手洗いの練習もとても丁寧に出来ましたよ。



2歳児「うがいの仕方」

歯磨きの開始に向けて、うがいの練習をしました。ほっぺたを動かす事に少し苦戦しましたが、頑張って『ぶくぶく〜』と練習出来ました。





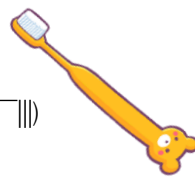
歯のこと、食べる事、

チェックしてみませんか？

むし歯を予防するには・・・？

「歯みがき」だけでは、歯を守れないΣ(「口」)

- ① 「歯みがき」でむし菌を減らす
 - ② 「だ液」がいっぱい出るように、歯ごたえのあるものも、しっかり食べる
 - ③ 「フッ素」などで、歯を強くする
 - ④ 定期的に、歯科で検診を受ける
- ①～④を組み合わせ、丈夫な“歯”にしよう!!



「だ液は、天然のクリーニング剤」

だ液は、99%は水で出来ていますが、残りの1%ほどに

消化や殺菌、免疫成分があり、私たちの歯を虫歯から守り、刺激や乾燥から、守ってくれています。



パパ、ママ あのね ～ 反対咬合 ～

「受け口」や「下顎前突」ともいわれる。下の歯が、上の歯よりも前に突き出ている状態。

○知っておこう

- ・物が上手に噛めない、発音が舌足らずになる（さ行・た行）、顎に痛みが出るなどの症状がある。



- ・下顎が成長する前（3～6歳頃）に早めの治療をするのがおすすめ。
- ・再発することも・・・。治療後も定期検診で続けて様子を見てもらいましょう。

○なぜ、放置してはいけないの？

- ① 噛む力が不十分になる…“噛み切る”という動作が上手く行えないこともある。
- ② 言葉の発音が悪くなる…噛み合わせに隙間が出来る事が原因で、さ行やた行の発音が難しくなることもある。
- ③ 顎の関節に負担がかかり、「顎関節症」になりやすい
：下のあごは、前後左右の動きが自由に行えるようになっているが、反対咬合の場合、顎全体が固定されてしまうため、負担がかかりやすい。
- ④ 全身のバランスが悪くなる：下あごは、体のバランスを取る時に欠かせないもの。下あごが固定されるため、全身の骨や関節に負担がかかる事になる。