

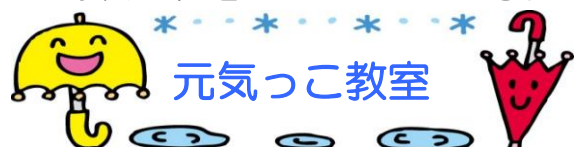
2023年6月9日



チャイルドハウスこども園

例年より早く、梅雨入りしました。ジメジメとした梅雨の季節は気分も晴れず、ふさぎ込んでしまうこともあります。晴れた日には、積極的に外で遊び、気持ちを切り替えていけるといいですね。

天気が変わりやすく、体調を崩しやすい時期でもあります。バランスのよい食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごせるようにしていきましょう。



## 元気っこ教室

2歳児：「健診ってどんなことをするの？」

6月7日・9日に内科健診、歯科検診がありました。普段と違う雰囲気戸惑ったり、病院の先生を見ると不安から、緊張してしまいます。事前に、内科健診や歯科検診で、どんな道具を使い、どんなことをするのかを知り、当日の緊張や不安を和らげるよう『元気っこ教室』を行いました。



歯の検診で使う『口腔鏡』を触ってみました!! 「かたい!けど、いたくない」とこわくない道具と気付けたようです(▽)/

聴診器で、胸とお腹をポンポン♪  
上手にももし出来そうです☆彡



## 健康状況



気温差が大きくなり始めた5月の中旬から、発熱や咳・鼻水といった「風邪」の症状でお休みするお子さんが増えていましたが、現在は症状が回復し、登園が再開できています。

市内では、『胃腸炎』や『RSウイルス感染症』と診断されるお子さんが増えているという情報もあります。引き続き、ご家庭と連携しながら、手洗い・うがいなどの感染症対策をしながら、お子さんの体調を把握していきたいと思います。ご協力をお願いいたします。



## 6月の保健行事

### 身体計測

|        |       |
|--------|-------|
| 20日(月) | 0～2歳児 |
| 22日(水) | 3歳児   |
| 23日(金) | 5歳児   |
| 26日(月) | 4歳児   |



- ① 「は」があるから、しっかり食べ物が噛める
- ② 「は」があるから、上手に話すことができる
- ③ 「は」をぐっと食いしばることで、力を出すことができる

6月4日～10日は、「むし歯予防デー」!!

噛むことの大切さ・上手な歯磨きの仕方を知ろう!!

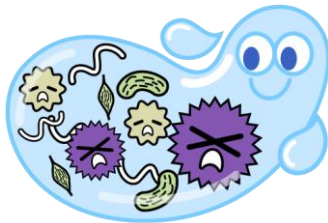


「噛む」ことの役割 = だ液がたくさん出る

- ※だ液の働き:
- ① 食べ物の消化が良くなる
  - ② 頭の働きが活発になるよ
  - ③ ひまん防止



むし歯を  
ふせぐ!



- 口の中の汚れを洗い流す
- ミュータンス（むしば菌）が作った「酸」を中和する
- 「酸」でとけはじめた『歯』をもとに戻す

むし歯にならないために・・・

「歯磨き」の習慣を身につけよう!!

歯のはえ始め



水で濡らしたガーゼで歯の汚れを拭き取る

1歳くらい～

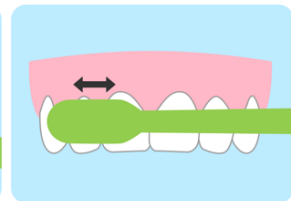


食後にやさしくブラッシングをして、歯の汚れを取る

### 1. 基本のみがき方

◇むし歯になりやすい奥歯から、順番に磨こう

◇歯ブラシをしっかりと歯に当て、小さく歯ブラシを動かすのが、上手に磨くコツだよ(^▽^)/

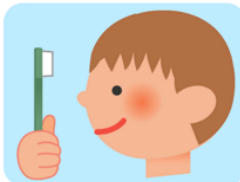


### 2. 歯ブラシの持ち方

歯ブラシは、磨く場所によって持ち方を変えるよ

◇「こんにちは」も持ち方

下の歯や、歯の表面を磨く



◇「さようなら」の持ち方

上の歯を磨く



### 3. 仕上げ磨きを行う（小学校の中学年くらいまで続けるのが理想です）