



2025年6月2日

スプリングハウス保育園

梅雨の季節となり、湿度が高くなることで暑く感じたり、肌寒くなったりと体調を崩しやすい時期となりました。発汗が多くなったり、疲れやすかったりと、子どもたちにとっても不快感を感じることも多い季節です。小まめな水分補給や室内の温度・湿度調整、衣服の調整にも気を配り、健康、衛生面に気をつけて気持ちよく過ごせるように心がけていきたいですね。



## たんぽぽ組：内科健診ってどんなことする

病院の先生が来られるだけでドキドキ緊張してしまう『内科健診』。先生が何を使ってどんなことをするのかを伝えることで、お子さんの不安を軽減することができるように、内科健診の練習をしました。

たんぽぽさんにとって初めての元気っ教室ということでもドキドキでしたが、みんなが聴診器をあてて練習でき、大きな口をあけて喉も見せてくれましたよ。本番でも上手に受けられていましたよ。

始まる前は、少し緊張



真剣に話を聞いている  
たんぽぽ組さん！



イラストを使って  
分かりやすく、お話♪



予行練習も  
バッチリ！



## 看護師より

風邪や発熱での休みは少しありますが、まずまず元気に登園されていました。

寒暖差が大きい時期です。体調管理には気を付けて元気に過ごしたいですね。



## 6月の保健行事

★身体計測

6月20日（金）

★歯科検診（たんぽぽ組）

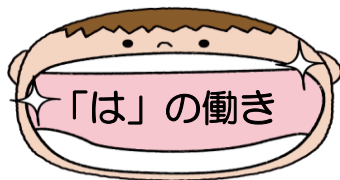
6月13日（金）9：00～

★元気っ教室（たんぽぽ組）

6月12日（木）10：00～

歯科検診ってどんなことするの？





- 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、上手に話することができる
- 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!!

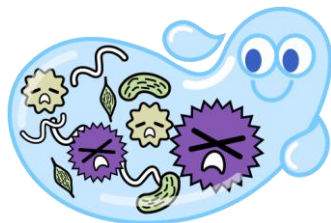


「噛む」ことの役割 = だ液がたくさん出る

- ※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

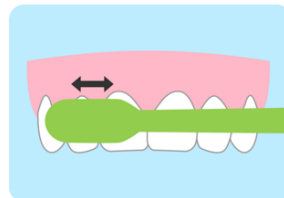
むし歯にならないために・・・

「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、上手に磨くコツです(^▽^)/

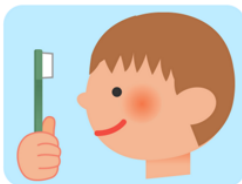


### 2. 歯ブラシの持ち方

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

（磨き残しを防いだり、口の中の点検も兼ねて小学校の中学年くらいまで続けるのが理想です）