



チャイルドハウスこども園

あっという間に春が過ぎ、「梅雨」の季節となりました。気温差が大きく、汗ばむ日も増え、“あせも”などの肌トラブルが出やすくなる時期です。園でも汗の始末をしっかりしていきたいと思います。

ご家庭と連携しながら、一人ひとりの健康管理にも気を配っていききたいと思います。

元気っこ教室「内科健診ってどんな事するの？」

1・2歳

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。当日の緊張や不安を和らげるよう、「どんな道具を使うの?」「どんなことをするの?」と体験できる機会を作りました。

お医者さんごっこもして、準備万端です♡

お口を大きく開ける事が出来ています!
のどの奥まで、しっかり診てもらえるね
(o^-^o)♡

聴診器で、胸とお腹をポンポン♪
上手にもしもし出来そうです☆彡



暑くなってきたので・・・

※ **水筒** は洗いやすく保冷効果のあるものがおすすめです!

麦茶はミネラルを含むので暑い時期に最適ですが、腐りやすいともいわれています。少しの氷と一緒に入れましょう。

※ **熱中症予防** のため、朝食と水分はしっかり摂ってから登園しましょう。

水分…「15～30分おき」に「コップ半分(約75～150ml)」ずつを目安にこまめに行うのが理想的です。

※ 汗疹(あせも)・とびひなどの **皮膚トラブル** が増えます。「アトピー性皮膚炎」のあるお子さんは汗をかくと悪化しやすくなります。毎日皮膚の観察をして、早目の対応をしましょう。

6月の保健行事

★身体計測

- 1日(月) くわがた組
- 2日(火) あかかぶとむし組
- 3日(水) ばった組
- 4日(木) あおかぶとむし組
- 5日(金) みつばち組
- 8日(月) とんぼ組
- 9日(火) てんとう・ちょうちょ組

★歯科検診

5日(金) 9:00~

★元気っこ教室

- 8日(月)「熱中症について」あかかぶとむし組
- 9日(火)「熱中症について」あおかぶとむし組
- 15日(月)「豊岡市歯科指導」くわがた組

看護師より

「ヒトメタニューモウイルス感染症」が終息した後は、発熱や風邪症状でお休みされるお子さんがおられるものの長引くこともなく、元気に登園出来ています。5月下旬から、じっとりとした暑さが続いています。冷房も上手に活用しながら、体調管理には十分気を付けましょう。

歯みがきは 体を守る 最前線！

6月4日~10日 歯と口の衛生週間

★むし歯はこうやってできる！★ ~むし歯は“虫歯”ではありません!!~

歯垢の中にすむ
ミュータンス菌

むし歯は、歯垢の中のばい菌（ミュータンス菌）が作り出す“酸”によって歯が溶けていく病気です。

ミュータンス菌は、砂糖に入った甘い食べ物を食べると活発に働いて、酸を作ります。この酸によって歯が溶かされるのがむし歯の始まりです！

砂糖を含んだ
あまいものを
食べると…



活発にはたらいて
酸をつくる

酸が歯をとかし、
むし歯をつくる



★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」でむし歯菌を減らす
 - 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。

