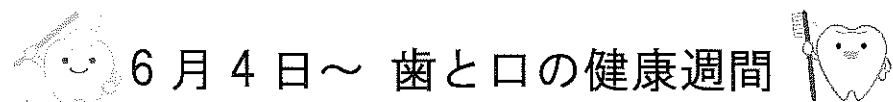


保健だより 6月号

梅雨の季節がやってきます。この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったりと体調を崩しがちです。バランスのいい食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。規則正しい生活をして、元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。



6月4日～ 歯と口の健康週間

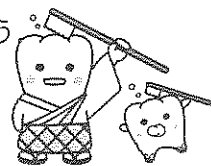
虫歯を予防するためには、毎日の歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりと噛む習慣をつけましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることによって口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。

日本歯科医師会のHPに歯やお口のことについて分かりやすく説明しているページがあります。ぜひご覧下さい



歯みがきのポイント

- ★膝の上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- ★ペンを持つように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- ★奥歯の溝、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- ★楽しい雰囲気で行いましょう。しっかりほめてあげてください。
- ★虫歯ゼロの健康な歯を目指して1本ずつ丁寧にみがいていきましょう



令和7年5月31日
第三福田保育園



プールが始まります



6月下旬よりプール・水遊びが始まります。顔や体に皮膚疾患のとびひが出ている場合や投薬中である場合は、プール・水遊びはできません。なお、体に水いぼが出ている場合は、患部を衣類で覆った状態での水遊びは可能ですが、プールには入れません。医師から指示があった方は、治療をしておいてください。かぜ症状のある方は水遊びできませんので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。準備物等は別紙を参照してください。



検診のお知らせ

耳鼻科検診 6月12日(木)
9時00分～ ばら組・ひまわり組

対象の児童の方は当日8:45までに
登園してください

