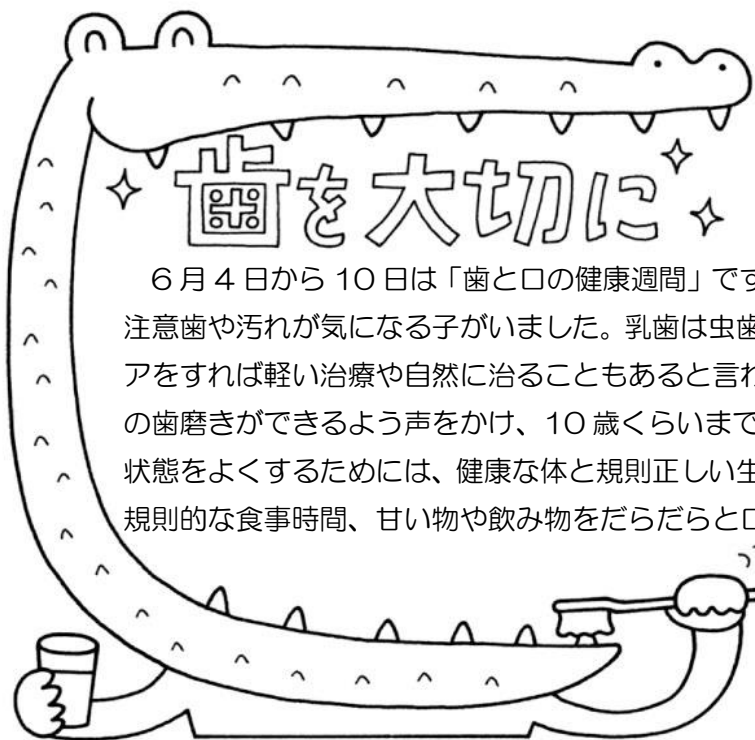


ほけんだより 6月

2024年6月3日
大宮みちのこ保育園



6月4日から10日は「歯と口の健康週間」です。先月の歯科検診では、虫歯になりやすい要注意歯や汚れが気になる子がいました。乳歯は虫歯になりやすく進行も早いですが、きちんとケアをすれば軽い治療や自然に治ることもあると言われてしています。子どもたち自身で意識して食後の歯磨きができるよう声をかけ、10歳くらいまでは大人が仕上げ磨きをしましょう。口の中の状態をよくするためには、健康な体と規則正しい生活習慣も大切です。バランスのとれた食事と規則的な食事時間、甘い物や飲み物をだらだらと口にしないように気を付けましょう。

乳歯の状態が、永久歯の生え方や口の中の様子に関わってきます。かかりつけ歯科で定期的に診てもらうのもよいですね。

歯ブラシがボサボサになる前に交換も忘れずに。

内科健診を行いました

園医の先生は循環器内科がご専門のため、心臓の音をよく聞いてくださいます。乳幼児期の心臓や血管は発達途中のため、心臓の中に小さな穴や、血管の重なり方で雑音が聞こえることがあります。体が大きくなっていくと穴は自然とふさがり、血管も太くなるので雑音として聞こえなくなりますが、心雑音がありますといわれると心配になる保護者も多いと思います。心雑音で経過観察になったら、次の内科健診でしっかりと心臓の音を確認しますが、わからないことや心配があれば看護師までお声がけください。

水遊び・プールが始まります

6月12日にプール開きを行い、子どもたちの大好きな水遊び・プールが始まります。耳や目・皮膚の病気など心配がある子は、事前にかかりつけ医に相談しておきましょう。目やにや充血、中耳炎、とびひなどの感染性の皮膚疾患、じくじくした傷がある時や絆創膏を貼っている時、薬を飲んでい



る時は水遊びができません。水いぼがある時は、担任に必ずお知らせください。風邪気味や下痢等の体調不良や睡眠不足・食欲がないなど普段と様子が違う場合も水遊び後に体調が悪化しやすいので、登園前の健康状態をよく確認してください。けが予防のため、手足の爪も短く切りましょう。