



ほけんだより 6月

令和4年6月1日発行
いなぎのぞみ保育園

梅雨の季節になりました。気温も湿度も高くなるこの時期は、体調も崩しやすくなります。なるべく過ごしやすい環境づくりに配慮しながら、毎日のお子さんの体調の変化に気を配っていきましょう。また、これから夏にかけて流行する感染症もあります。引き続き感染予防と体調管理に気を付けましょう。

感染症発生と拡大防止へのご協力のおねがい

依然コロナウイルス感染症が猛威を奮っています。園での感染症発生と拡大防止のため、6月も引き続きご協力をお願いいたします。

- ・体温37.5℃以上の場合はお預かりができません。
- ・お預かり後に37.5℃以上の発熱を認めた場合はお迎えのご連絡をさせていただきます。
- ・発熱がなくても、咳・鼻水や下痢・嘔吐の症状があるときにはお迎えのご連絡をさせていただくことがあります。

6月の保健行事のお知らせ

0歳児健診: 16日(木) 13:30~
 身体測定: 6日(月)~10日(金)
 全園児歯科検診

詳細はこちら!

結果はけんこうのきろくにしてお知らせしますのでご確認ください。

歯科検診のお知らせ

2日(木)9:30~
 全園児歯科検診があります

※飛沫感染予防のためにバスタオルを使用します。当日までにお持ちください。



毎年6/4~10は歯の衛生週間です

次の4点に注意しましょう。

虫歯予防の4つのポイント!

大切な歯むし歯にしないために、次の4点に注意しましょう。



食べたらみがく習慣を

食後 30 分以内にみがくことで、菌の繁殖を抑えます。



規則正しい生活習慣を

生活リズムの乱れ、特に睡眠不足は、体の機能が低下し、抵抗力が弱まるなど、体のあらゆる面において悪影響を及ぼします。

バランスのよい習慣を

バランスのよい食事で、糖質のとりすぎは抑えられ、また、骨、歯によいとされるカルシウムは、ビタミンCやリンといっしょにとることで吸収されやすくなります。



定期的に歯科受診を

むし歯は、早く発見し治療することで、永久歯に影響を残さずに済みます。



室内の温度・湿度調整が大切!

じめじめした梅雨の時期は室内にいても熱中症になるおそれがあります。クーラーを上手に使うと温度・湿度管理をしましょう。扇風機も一緒に使うと空気が循環して室内の湿度が一定に保たれます。また、お昼寝の際には部屋の中でも日陰を選び、冷房の風が直接当たらないよう工夫しましょう。設定温度は27~28℃が適切と言われています。睡眠中はときどき手足や背中を触って、冷えすぎていないかチェックしましょう。