



6月のほけんだより



令和元年6月1日発行
虹の丘保育園

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、もともと体調を崩しやすい時期でもあります。過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日のお子さまのようすの変化に気を配っていきましょう。

6月4日は むし歯予防デー

歯みがきの習慣づけが、むし歯予防の第一歩。園では昼食後、歯みがき指導を行っています。ご家庭でも、毎食後すぐに磨く習慣をつけ、必ず最後は大人が確認するようにしましょう。



正しく磨くためのポイント

- ブラシやグリップの形がシンプルで小さめの歯ブラシを使う。
- 磨く面に直角にブラシを当てる。
- ブラシは、柔らかい力で、できるだけ細かく動かす。
- 1本1本磨くつもりで磨く。



もしかして…むし歯？

むし歯があると、食事中、こんなようすが見られることがあります。

同じほうばかりでかんでいる



いつまでも飲み込まない



かまないで丸飲みする



※もし気になるようなら歯医者さんに相談してみましょう。

食中毒に要注意

温度と湿度が高くなるこれから、食中毒が多く発生する時期です。お弁当は、当日の朝に十分加熱したものを入れ、熱いものと冷たいものはいっしょに入れないようにしましょう。また、お弁当箱は、熱湯消毒を心がけてください。



プールあそびが 始まります

年々暑くなる時期が早くなっているように感じますね。今年も6月中旬でもの天候がよい日は毎日、プールあそびを行います。元気に楽しくあそぶためにも、毎朝の健康チェックと、プールカードの記入を忘れずお願いします。

