



# 6月のほけんだより



令和5年6月1日発行  
三永太陽保育園

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、天気が変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすい時期でもあります。通気性の良い服を選んだり、換気をしたり、エアコンの除湿機能を活用するなどの工夫をすることで、お子さまがより快適に梅雨を過ごせるとよいですね。

## 6月4日は虫歯予防デー 仕上げみがきはとっても大事！

- ・痛がらせないことが大切です。  
くちびるや上唇小帯を指で保護しながら磨きましょう。
- ・歯は1本1本磨きましょう。  
歯ブラシの届きにくい、奥歯と歯ぐきの境目は汚れが残りやすいです。
- ・寝る前は必ず磨きましょう。  
寝ている間は唾液の分泌が減るため虫歯になりやすくなります。



### 歯科・はもう先生より

歯と歯の間に食べ物のかすが残っている子どもがみられました。特に前歯のすき間は虫歯になりやすいので、歯の数にかかわらず、仕上げみがきの時にはフロス（柄つきのもので可）を使ってくださいね。

## 内科検診がありました！



園医・藤原先生より  
特に小さい子ども達は、定期的な予防接種をなるべく受けてほしいと思います。

予防接種は、かかると重症化したり後遺症が残ったりする病気から子どもたちを守るための大切な手段です。

- 1歳になったら：麻しん風しん、水痘、おたふくかぜ など
- 3歳になったら：日本脳炎（早くからも打てます）
- マスカット組：麻しん風しん、おたふくかぜの2回目

## 虫刺されの季節です とびひに気をつけて！

小さな子どもは蚊にさされるとびっくりするほど腫れてしまうことがあります。かいて皮膚が破れると、そこから菌が入り「とびひ」になりますので気をつけましょう。

（予防には・・・）

- ・爪を短く切る
- ・かゆみ止めを塗る
- ・汗をかいたら拭く、着替える
- ・傷口がじゅくじゅくしたら清潔なガーゼを当て、頻繁に変える。



傷が広がるときは皮膚科か小児科へ！