



令和元年5月31日  
鈴和福祉会  
軽野保育園

# ほけんだより 6月号

あじさいがきれいに咲く季節となりました。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。バランスのよ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。

## 6月4日は虫歯予防デー



### 歯磨きのポイント

- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
  - 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
  - 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
  - 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
  - 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。
- 虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがくことが大切です。



### 予防接種について



お子さんが予防接種を受けた時は、保育園に報告をお願い致します。

お子さんによっては、接種後に発熱や発疹などの軽い副反応が起こることがあります。園でもお子さんの体調の変化などを気をつけて見ていきたいと思ひます。

また、MR(麻疹・風疹混合)の2期(追加)接種は小学校就学前の1年間です。つばさ組のお子さんは接種の確認をお願いします。



## 梅雨の時期の注意点

### ■食中毒

食中毒は6月から9月頃にかけて多く発生します。お弁当には十分に加熱した物を入れてください。

### ■事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意してください。

### ■かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが、朝夕は気温が下がり寒くなります。汗をかいたらすぐに着替え、寒くなったら上着などで体温調節を行うようにしてください。

## お風呂に注意! りんご病

りんご病はほっぺが赤くなり、腕や足に赤い発しんが出る病気。熱はほとんど出ず、かぜのような症状だけなので、普段と同じように生活して大丈夫です。ただ、お風呂に入って血行がよくなると、発しん部分のかゆみが増すことがあります。発しんがあるうちはお風呂を短時間で切り上げましょう。また、日光に当たってもかゆくなることもあるので、外あそびなども控えめにします。

