



# 7月 ほけんだより



令和2年6月30日発行  
軽野保育園

暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。体調に気を付けながら涼しい時間帯に外遊びをするなどで、暑さに負けない体づくりをしていきましょう。

## お知らせ

### 内科健診

7月6日(月) 12:50~

### 歯科検診

7月17日(金) 9:00~



お子さんの体の事で心配なこと等がありましたら、事前に担任へお知らせください。

当日欠席しますと後日個人にて受診して頂くこととなりますので、なるべくお休まないようにご協力お願いいたします。

## 仕上げ磨きのポイント

一般的に小学校低学年位までは仕上げ磨きを

- した方がよいと言われています。

ポイントは以下の通りです。

- \* 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。ちょうどいい力加減とは歯ブラシの毛先が広がらない状態。デジタルスケールに押し付けた時150g程度です。ぜひ一度試してみてください！
- \* 4本の奥歯と上の前歯が虫歯になりやすい箇所です。特に丁寧にみがきましょう。
- \* 歯ブラシは歯の面にを90°にあてましょう。

仕上げ磨きタイムはお子さんとの大切なコミュニケーションタイムです。楽しく声掛けをしながら、毎日継続していきましょう。

俵万智さんの短歌をご紹介しますね。

♪ 水無月は時の流れの匂う午後  
「もう」と思えり「まだ」と思えり♪

令和2年が始まり、半年が経ちましたね。いつもとは違う事の多い日々。長く感じたでしょうか。そうはいえども過ぎてみればあっという間の半年だったでしょうか？

時の流れの速さと幸せの感じ方はひとそれぞれだといいますね。

とらえ方は自分次第！  
皆が幸せな時間をたくさん感じられますように・・・



看護師 野崎 幸子

## 楽しいプール遊びのために

7月は、子ども達の大好きなプール遊びが始まります。楽しく安全に遊べるようにご家庭で以下のことをお願いします。

- \* お風呂に入り、体や髪の毛を清潔にしましょう。
- \* 爪は短く切っておくようにしましょう。

\* 水いぼなどの皮膚の病気や中耳炎などの耳の病気、その他目や鼻の病気のあるお子さんはプール遊びが始まる前に治療を済ませるか、プール遊びをしても良いかを医師に確認しておきましょう。

