



ほけんだより



令和3年5月31日
鈴和福祉会
すずの丘保育園

梅雨の季節となりました。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。生活のリズムを整え、衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。



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

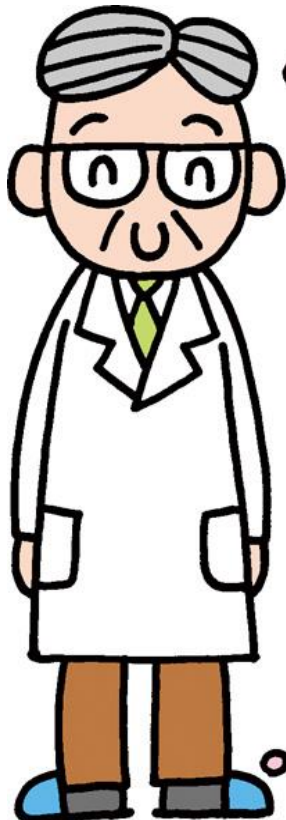
雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやすくなりますので十分に注意してください。

■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。

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。



《内科健診》

6月3日(木)9時より

《歯科検診》

6月15日(火)9時より

当日の朝は歯磨きをして、9時までに登園をしてください。

欠席をした場合には個人で受診をしていただきます。

なるべく欠席をしないようにご協力をお願いします。

