

# ほけんだより 6月

令和5年6月3日  
正親こども園  
第二せいしん幼稚園

梅雨の季節、「ジメジメ」「うっとうしい」・・・登園も雨の日は一層大変ですね。この時期は蒸し暑いな～と思っていたら、急に雨が降って寒くなることもあり、不安定です。お腹をこわしたり、熱を出したり、体調を崩す人も多くなります。気温にあわせて、着たり脱いだりできる服を選ぶと便利です

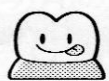
## 6月の保健目標

『歯を大切にしよう』



## 乳幼児期から十分な歯のケアが大切

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。歯の健康は、全身の健康状態にも大きくかかわってきます。健康な歯で生涯を過ごすことができるように、乳幼児期から歯のケアを心がけましょう。



### 乳歯のうちからむし歯予防



乳歯は、生後5～9か月頃から生え始め、3歳頃までに生えそろいます(個人差があります)。そして、約10年にわたって使われます。その間、乳歯は食べ物をかむこと、正しい発音で言葉話すこと、永久歯を正しく生える場所に導くという大事な役割を担っています。

こうした大切な働きをする乳歯が、むし歯にならないように、歯みがきの習慣を身につけることが大切です。乳幼児期は口の感覚が鋭敏なため、子どもの唇や歯肉を触るなどして、徐々に歯ブラシの感触に慣らしていくようにします。



### 保護者の仕上げみがきが大切



むし歯予防のためには、保護者による毎日の仕上げみがきが大切です。3歳ぐらいになると、自分で歯みがきをしたがりますが、細かいところはみがけていません。

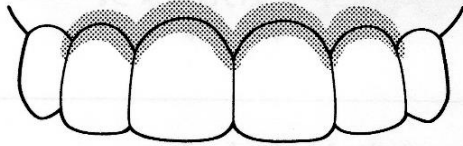
特に寝る前に仕上げみがきをすることが、予防のうえからも大切です。寝ている時は唾液の分泌が少なくなるため、むし歯になりやすくなります。むし歯になりやすい部分を中心に、仕上げみがきを行いましょう。



## むし歯になりやすい場所を知って、しっかりケア

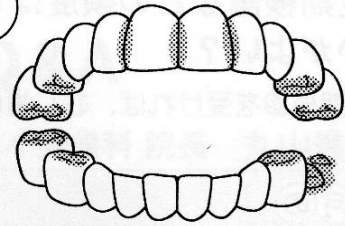
仕上げみがきの時などに、子どもの口の中をよく見るようにしてください。年齢によって、むし歯になりやすいところも変化しますので、歯の状態をよく観察してみましょう。

### 0~2歳



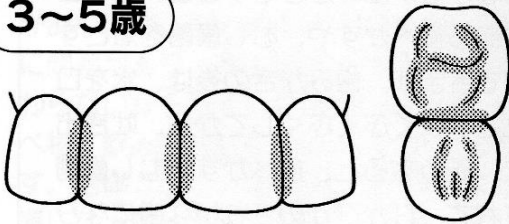
歯と歯肉の境目に注意します。上の前歯は早い時期にむし歯になりやすいところです。

### 2~3歳



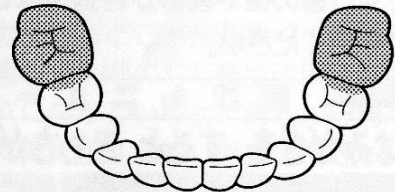
奥歯のかむ面の溝、前歯の歯と歯の間、生えてきたばかりの奥歯に注意してみがきます。

### 3~5歳



奥歯の溝、奥歯の歯と歯の間、前歯の歯と歯の間に注意してみがきます。

### 6歳~



生えたての6歳臼歯などの永久歯はみがきにくく、汚れがつきやすいので注意してみがきます。

### 6月の保健行事

- 6/ 1 (木) 歯科検診
- 6/ 5 (月) 歯みがき指導 (年長児・歯科衛生士によるお話)  
★歯ブラシを持ってきてね!
- 6/ 8 (火) 尿検査 年少・年中・年長児 (年1回)
- 6/ 9 (水) 尿検査 (予備日)
- 6/23 (金) 乳児健診 0・1・2歳児クラス (毎月実施)



### 5月の感染症発生状況

- ひよこ：突発性発疹1名
- うさぎ：突発性発疹3名
- 水ぼうそう1名
- らっこ：咽頭結膜熱1名
- しまうま：感染性胃腸炎2名
- ヘルパンギーナ1名
- らいおん：ヘルパンギーナ1名
- くじら：溶連菌感染症2名
- いるか：溶連菌感染症1名

園医の杉山先生から、毎月行っている乳児健診及び、4月に行った幼児の内科検診の結果に対するコメントをいただきました。

- ★扁桃肥大だけでは問題ありませんが、高熱をよく出すようなら一度受診してください。
- ★1歳になったらできるだけ早く、水ぼうそう・MR (はしか・風しん) の予防接種を受けてください。
- ★年長児さんは、必ず2回目のMRを今年度中に受けてください。



~保健室からお知らせ~

園で与薬が必要な場合は、医師から「与薬指示書」をいただく必要があります。この場合、医療機関により費用が発生する場合があります。