



月号 ほけんだより



暑い日があったり、雨が降る日が増えてきたりなど初夏を感じる気候になってきました。この季節は気温の変化が大きいので、体調管理には十分に気をつけましょう。

6月1日は衣替えです。園では、子どもたちが心地よく過ごせるように、汗をかいたらこまめに着替えを行います。そのため着替えはいつもより多めにご用意し、名前の記入もお願いいたします。

尿検査について

6月12日(火)に尿検査を行います。

当日、朝一番の尿を採取して頂く為、ご家族の方のご協力をお願いいたします。採尿方法は、容器と共に配布する「尿検査の仕方」をご確認下さい。

* 尿検査の目的

尿は体内で作られた老廃物を排出するもので、血液をろ過して作られています。ですから血液成分をある程度反映し、病気になると尿の成分が変化していきます。尿検査はもっとも手軽に健康チェックをすることができます！

5月の感染症報告

・突発性発疹 2件でした。

6月4日は虫歯予防デーです！

6月の4日～10日を歯と口の健康週間となり、歯や口の中の健康を見直す一週間です。もともと、6月4日が6(む)4(し)と読めることから、虫歯予防デーとしていたのが始まりだそうです。

= お口の中や、歯について知ろう =

* 歯は何本あるの？

⇒子どもの歯は全部で20本、大人の歯は親知らずをぬいて28本

* 何のために歯はあるの？

⇒食べ物をかみ砕き、唾液の出をよくして消化しやすい状態にするためです。

噛むことで舌の使い方を覚え、顔の周りやあごの筋肉を発達させて、ことばの発音の発達につながっていきます。

= 虫歯を予防するためには =

やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで、食べる習慣をつけましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。

