



SKETCH  
HOIKUEN

## ほけんだより 6月

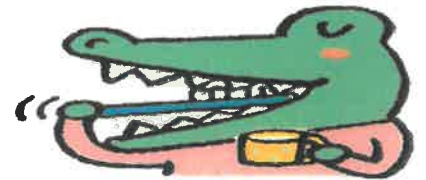
発行日／平成30年6月1日

### 虫歯予防デー

スケッチ保育園 看護師 山本 理紗

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を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かんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることによって口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。

### 歯みがきのポイント



- 膝の上にお子さまの頭を乗せ、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本ずつ丁寧にみがいていきましょう。

#### 《お知らせ》

内科健診：6月12日(火) 13時～

歯科健診：6月19日(火) 10時～

園の嘱託医は、ありま小児科医院とア歯科有馬診療所です。

※健診当日欠席する際は、6月中に個人で受けていただくことになります。

できるだけ欠席をしないようにしましょう。

また、尿検査：6月19日(火)に予定しております。

検査キットとお便りを14日に配布致します。よろしくお願い致します。