



2022年6月1日
ハレルヤ保育園

梅雨の季節がやってきました。気温も湿度も高くなります。熱中症にならないためには、身体を徐々に暑さに慣れさせること、十分な水分補給や休息をとることが大切です。また、汗や熱を外へ逃がすために、通気性の良い衣服を選びましょう。

6月の保健行事

2日(木) 歯科検診
(14:30~)

9日(木) 内科検診
(9:45~)

15日(17日予備日) 検尿提出日

* 歯科検診、内科検診を受ける前に、体のことや歯のことで気になることがあれば、担任、または看護師までお声かけ下さい。



6月4日~10日は歯と口の健康習慣

口腔環境をしっかりと、ととのえましょう

6月4日~10日は歯の健康習慣です。幼児のうちから、歯みがきの習慣を身につけ、歯と口の健康を保ちましょう。

ポイント1 ぶくぶくうがいを覚えさせましょう!

三歳頃になると口のまわりや顔の筋肉を意識的に使えるようになるため、ブクブクうがい出来るようになります。その前段階として、2歳頃から口に水を含む練習をさせます。口に水を含んだら、唇を閉じて、しばらくしてから水を吐き出すことを教えます。それが出来るようになったら、片側の頬を膨らませてブクブクさせます。

ポイント2 ブクブクうがいで食べかすを減らす!

食後の後は、ブクブクうがいをする習慣をつけます。むし歯予防のためには、静かにブクブクうがいだけでもするようにします。食後、すぐうがいをすることで、口の中に残った食べかすを減らすことが出来ます。

ポイント3 歯垢を取り除くには歯磨きを!

食後のブクブクは、口の中に残った食べかすは減らせますが、むし歯の原因の歯垢(デンタルプラーク)は、落とせません。単に歯ブラシで歯をこすればよいのではなく、食べかすや歯垢のたまりやすい場所を集中的にきれいにします。

永松医院：永松ルミ子先生

枚方市招提元町 2-1-21

☎072-855-0117

ふくはら歯科：福原善司先生

枚方市招提平野町 2-17

☎072-864-3500



◀虫よけ：害虫対策▶

園では屋外で活動する時は、虫よけ対策として、虫よけジェルを使用していますが、午前中はご家庭で塗ってきて下さい。(虫よけシート、ジェルやスプレーを利用してご家庭での虫よけ対策もお願いします) お子様の皮膚の状態により、腫れがひどくなる場合は、肌の露出を少なくするために、長袖・長ズボンの着用をお願いします。園では虫に刺された時はムヒを使用しています。皮膚科などで塗り薬を処方されている方は、外用薬依頼書とお薬情報提供書のコピーをお薬と一緒に提出してください。

※虫に刺されたところが傷になると、とびひになることがあります。掻き壊さないように爪も短く切って清潔にしましょう。

◀日焼け対策▶

園庭には遮光ネットを張り、直射日光が当たらないようにしていますが、肌の弱いお子様や紫外線による過敏症などで対応が必要な方はお声かけ下さい。

5月の感染症報告(4/28~5/30)

新型コロナウイルス感染症 6名

突発性発疹 1名

夏のスキンケア

刺激となる汚れは素早く、確実に落とす

私たちの肌は皮膚の表面にある角層という部分と分泌される皮脂によって、外からの刺激や汚れの侵入などを防いでいます。

この角層は大人でも0.1mm以下と大変薄いのですが、赤ちゃんはさらに薄く、皮脂

の分泌が少ないのでバリア機能が弱いため、刺激を受けやすく、汚れが侵入しやすいのです。汚れはとにかく早く洗って、しっかり取り除きましょう。「拭く→保湿」は必ずセットでキレイに洗った後は、水分をしっかり拭き取ります。水分が残っていると蒸発する際、皮膚の水分も一緒に逃げてしまうからです。拭き取りもゴシゴシはNG。洗いざらしのタオルもゴウゴウして肌を傷つけるので、やわらかいタオルで全身を包み、そっと押すようにして水分を吸収させていきます。最後にもっとも肝心なことが保湿です。顔や体を洗った時に必要な皮脂も落ちるので、しっかり補います。赤ちゃんの肌は夏でも乾燥しやすさは変わりません。また、お風呂上がりや夜だけでなく、口のまわりやおしりを拭いた後も必ず保湿をしましょう。

