



保健だより

キッズアカデミー保育園

28年度・6月号

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、もとも体調をくずしやすい時期でもあります。過ごしやすい環境づくりに配慮し、毎日の子どものようすの変化に気を配りましょう。

6月4日は虫歯予防デー

◎歯の役割

- ・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ことです。
- ・噛むことで舌の使い方を覚え、顔の周りから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。

◎もしかして・・・虫歯？

- ・虫歯があると、食事中こんな様子が見られます。

★同じ方ばかりでかんでいる。

★いつまでも飲み込まない。

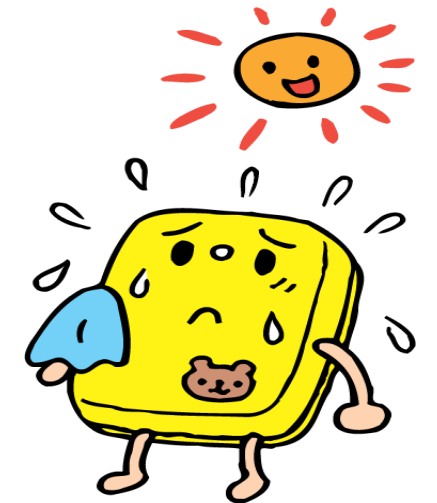
★かまないで丸飲みする。

●●●梅雨どきの健康●●●

梅雨に時期は温度、湿度とも高くなります。朝ごはんをしっかり食べ、水分を十分にとり、汗をかいたらタオルなどでふき、ぬれた服は着替えましょう。毎日入浴するなど肌を清潔にし、部屋の中もこまめに掃除や換気をし、このいやな時期を元気にのりきりましょう。

食中毒に注意！！！！

- 食中毒は6月～9月にかけて多く発生します。
細菌の活動しやすい温度と湿度がそろっているためです。
- ・お弁当のおかずは十分加熱したものを入れ、ゆで野菜は当日の朝ゆで、熱いものと冷たいものは一緒に入れないようにしましょう。
 - ・家庭では新鮮なものを購入、冷蔵庫には詰めすぎない、まな板などは熱湯消毒、食べ物は十分加熱、食べる前には必ず手を洗い、すみやかに食べるなど心がけましょう。



ぎょう虫検査のお知らせ

6月11日開園記念日に検査用紙を配ります。
6月11日(土)配布 6月15日(水)提出締切日

○ぎょう虫とは
長さ1cmくらいの寄生虫で、口から入って腸の中で成虫になり肛門周辺に卵を産み付けます。感染するとかゆみ、睡眠不足、夜泣き、爪かじり、神経質などの症状が現れます。検査で腸性が出た場合は医師と相談のうえ駆虫剤を内服します。(家族全員の服用が基本です。)

- ぎょう虫の予防は？
- ①手洗い、うがい、入浴など清潔に心がける。
 - ②爪はこまめに切る。
 - ③家の中を念入りに掃除機で掃除する。
 - ④寝具を日光に当てる(室内ではたかない)

看護師 平野 厚子