



令和6年6月5日
さんいく保育園有明
看護師 城戸

アジサイの鮮やかな色が、目を引く季節になりました。雨で外遊びができない日も多くなりますが、子どもたちはさまざまな室内遊びを楽しみながら、お友達との関係を深めています。

天気や気温の変化が激しいこの時期には、熱中症の危険も高まります。水分補給と体調管理に気をつけましょう。

6月4日～ 歯と口の健康週間！

ものを食べる時に欠かせない「歯」。乳歯が虫歯で抜けてしまうと、食べることにも支障が出るため、体の成長にも影響します。小さいころから歯みがきの習慣をつけて、歯を守りましょう。また、歯医者さんは歯を守る強い味方です。きちんと歯がみがけているか、虫歯はないかなど、歯のトラブルを予防するために、お子さんと一緒に家族で定期的に歯科検診を受けるのもおすすめです。

保育園では、6月19日(水)9時30分～歯科検診を予定しています。

虫歯はこうしてできる！

① 糖分をもとに

プラークができる

口の中の糖分をエサに、虫歯菌が繁殖し、ネバネバとしたプラーク(歯垢)を作ります。プラーク1mgには、なんと虫歯菌が10億個以上も！

② 虫歯菌が酸を出す

プラークの中で虫歯菌が糖分を取り込み、酸性の物質を出します



③ 酸が歯を溶かす

虫歯菌の出す酸が、歯の表面を溶かし、やがて歯に穴が開いて虫歯になります。表面だけが溶けた「初期虫歯」なら、歯みがきをしっかりとすることで、本格的な虫歯に進むのを防げます

7月にはプール・水遊びが始まります

プールに入ることができない状態の確認をお願いします。

- ・発熱しているまたは、解熱後間もない
- ・風邪症状(鼻水、咳)がある
- ・貼付薬(ホクナリンテープなど)を貼っている
- ・薬を飲んでいる
- ・軟便、下痢が出る
- ・目ヤニが出るまたは、目が充血している
- ・食欲がなく顔色が悪い
- ・体にジュクジュク(化膿)した傷がある
- ・頭ジラミがある
- ・とびひがある
- ・水着、帽子を忘れた場合

その他皮膚疾患がある場合には、プール・水遊びができない場合がありますので、速やかに皮膚科を受診し、医師の指示に従ってください。

水いぼに関しては、かかりつけ医の判断となります。かかりつけ医がプールや水遊びを「可能」と判断した場合は、どのようにすれば可能なのか(ガーゼなどで覆う等)を確認してください。

