



ほけんだより 6月号

令和7年 6月2日
粉河保育園
看護師 山田 昇子

梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。

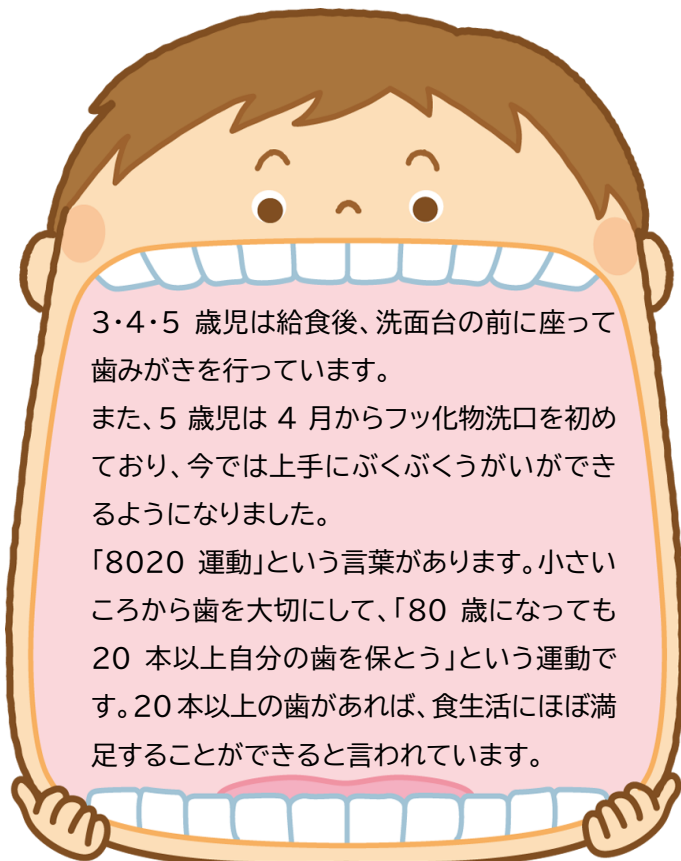
虫歯予防デー

6月4日は虫歯予防デーです。

- 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。

◆ 歯みがきのポイント ◆

- ◇ひざの上に子どもの頭を乗せ、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。



3・4・5 歳児は給食後、洗面台の前に座って歯みがきを行っています。

また、5 歳児は 4 月からフッ化物洗口を初めており、今では上手にぶくぶくうがいができるようになりました。

「8020 運動」という言葉があります。小さいころから歯を大切にして、「80 歳になっても 20 本以上自分の歯を保とう」という運動です。20 本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足することができると言われています。

とびひ

虫の多い季節になりました。虫刺されの後を手で触ったりかいたりすると、皮膚の表面に複数の細菌が付着して繁殖し、皮膚がただれたり、水ぶくれになったり、かさぶたになったりします。なかでも黄色ブドウ球菌は高温多湿を好むため、夏になると流行します。



患部を触った手で体の他の場所に触れると、感染がさらに広がります。ガーゼなどで覆って、患部に直接触れないようにしましょう。状態がひどい場合は医療機関に相談し、内服の抗生物質を処方してもらいます。子どもの間で感染しやすいので、家庭でもタオルの共有や、兄弟との入浴は控えましょう。虫刺されやすり傷などは放置せず、しっかりと消毒をして清潔にし、とびひにならないように注意が必要です。汗をかいたらこまめに着替え、爪は短く切り、毎日シャワーを浴びて体を清潔に保つことが一番の予防法となります。



手洗い指導

毎年、年に2回 3・4・5 歳児を対象に手洗い指導を行っているのですが、今年度は 6 月に第 1 回目の手洗い指導を手洗いチェッカーを使用して行います。3歳児は初めての手洗い指導になります。

手に魔法のクリームをつけて、洗い流した後にライトに手をかざすと洗い残し部分が光ります ✨

きちんと手洗いができるように伝えていきたいと思います。

