

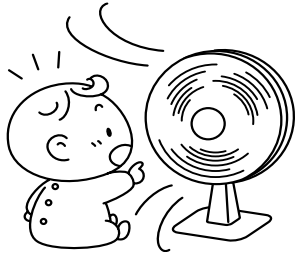
保健だより

暑い毎日です。暑い中でも夢中になって遊ぶ子どもたちは、汗をかくだけで体力を消耗します。夏を健康で楽しく過ごせるよう、皮膚の清潔や食事に気をつけ、気分を爽快にしたいですね。

7月の予定

14日 身体測定

22日 0歳児健診



虫さされ

- * 流水と石鹸で良く洗いましょう。虫の体液を洗い流し、毒素を中和します。
- * 掻き壊して汁が出てきた所をそのまま放置していると化膿し、とびひに進行することがあります。ひどくなる前に受診しましょう。
- * 爪は短く切り、かゆくてもかかないように声をかけましょう。
- * 虫が多いと予測される場所に行く時は、薄手の長袖、長ズボンを着用すると予防になります。
- * 虫の種類は様々です。虫さされの反応が強く、熱が出たり、吐き気があるような場合には受診しましょう。



園の蚊除け対策：蚊取り線香 ヤブ蚊バリア（茂みにスプレーをするだけで蚊を寄せ付けない）
イカリジンスプレーを散歩前に塗布します

～歯科検診～

西東京歯科医院より歯科医師が来園し、検診を行いました。検診では①虫歯の有無②歯垢の有無③噛み合わせ④永久歯の萌出状況等を診ています。全体的にきれいに磨け、齲歯がとても少なかったです。毎日の仕上げ磨き、これからもよろしくお願いします。

*切端咬合と診断されたお子さんが数名います。「切端咬合」とは、本来は上の前歯は下の前歯に少し被さるように噛み合います。下顎が前に出ているまたは上顎が十分に成長していない場合、上の前歯の先端と下の前歯の先端がぶつかるように噛み合う状態のことです。

～歯磨き指導～

西の森歯科衛生士専門学校より学生が来園し、アンパンマンのペープサートによる歯磨き指導が行われました。①甘いものは少しだけ②よく噛んで食べる③食べたら歯磨きの3つを教えてくださいました。

～歯の役割

食べ物を噛み砕き、唾液の出を良くして消化しやすい状態にし栄養を体に取り込みやすくします。言葉を正しく発音する事、更に噛む事で舌の使い方を覚え、顔の周りや顎の筋肉を発達させて、顔の形や姿勢を整えます。食べる事以外にも重要な働きがあり、子どもの発育に深く関わっています。



～子どもの便秘～

子どもの便秘チェック 2つ以上当てはまったら、便秘かも・・・？

- 排便の回数は1週間に2回以下
- 排便をもらしてしまう、または下着についてしまう（少量の排便が頻回に出る）
- うんちがたくさんお腹にたまっている
- うんちが硬い、あるいは出す時に痛みがある、出血する
- うんちを我慢してしまう
- トイレが詰まるくらいの大きな塊のうんちが出る