



# 6月のほけんだより

うすまい保育園 R①. 6. 10担当おおばまさこ

梅雨の季節になりましたが。今年は、いつもと違い梅雨の時期と違い高温・多湿との予報も出ています。毎日の気温・湿度に注意し、過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日のお子さまのようすの変化に気を配っていきましょう。

## 虫歯のならないように注意しましょう



6月6日から変更になりました。



今月、園では6月13日に歯科健診があります。



歯みがきの習慣づけが、むし歯予防の第一歩。園では3. 4. 5歳児達が、昼食後、歯みがきを行っています。ご家庭でも、毎食後すぐに磨く習慣をつけ、必ず最後は大人が確認するようにしましょう。寝る前の仕上げ磨きはとても大事です。



特に、歯の根元はていねいに磨いてあげましょう。



- ★歯と歯の間
- ★歯と歯ぐきのさかいめ
- ★奥歯のみぞ
- ★歯が生え変わったばかりのところ
- ★歯ならびが悪いところ



## 食中毒に要注意

温度と湿度が高くなるこれから、食中毒が多く発生する時期です。お弁当は、**当日の朝に十分加熱したもの**を入れ、熱いものと冷たいものはいっしょに入れないようにしましょう。また、お弁当箱は、**熱湯消毒**を心がけてください。

※おしぼりも、清潔なものを  
持たせましょう



## 梅雨を快適に過ごす アイテム3選



タオル

雨でぬれた時や汗を拭くときに大活躍します。

替えの靴下

雨の日濡れた靴下は掃きかえしますので多めに準備しましょう。衣類も交換できるようにおねがいします。

ビニール袋

濡れた靴下やタオルなどを入れるのに役立ちます。

名前を書いてね



皮膚の健康状態に注意しプールシーズンが来る前に、発症したら早めに治療しましょう。

