



発行者：すずらん保育所
発行日：令和3年6月30日
担当者：看護師 坂本

歯みがき集会 を行いました



6月のむし歯予防デーに合わせ、「すずらん組」「あざみ組」「たんぽぽ組」を対象に歯と口の健康について考える「歯みがき集会」を行いました。なにやらいつもと違う雰囲気やや緊張気味の子どもたちでしたが話に一生懸命に耳を傾けていました。

子どもたちには、歯ブラシを持って「遊ばない」「走らない」「かじらない」の3つの約束と、自分でみがいた後はおうちの人に仕上げみがきをしてもらうことを約束しました。別紙でお配りした用紙を参考に、おうちの方の愛情たっぷりの仕上げみがきを今後もよろしくお願いします。



歯ブラシ選びの基準

- 毛が平らにそろっているもの
 - 毛先が荒くないもの
- 歯医者さんで購入するのもオススメです。

毛先が広がってきたら新しいものに交換を！

定期的に 歯医者さんへ

どんなにがんばって歯みがきをしても、とれない汚れはあるもの。1年に1～2回は歯医者さんにチェックしてもらいましょう！
早めに見つかれば治すことができます。



夏の日ざしに 注意

紫外線の浴びすぎはよくありません。夏の外出時には、必ず紫外線対策をして出かけましょう。

紫外線を防ぐ4つのポイント

- ① 日ざしの強い朝 10時から14時までの外遊びは避ける
- ② つばの広い帽子をかぶる
- ③ 日焼け止めを塗る
- ④ 長時間、日なたにいない。外出するときは、日陰で休憩する

※ 紫外線が増えるのは5月から！
9月まではしっかり対策をとりましょう。

虫よけ対策



蚊の増える季節になりました。子どもは皮膚の抵抗力が弱いので、虫刺されが原因で、とびひなどの皮膚病になってしまうことがあります。網戸に虫除けスプレーをしたり、虫除けパッチやリストバンドを身につけるなど、ご家庭でも簡単にできる虫除け対策を行いたいですね。特に外出時や登園前に行うと効果的です。

保育所では、窓際に虫除け商品を設置し、子どもがいない状態で殺虫剤を使用するなど保育室の環境に気を付けていますが、外遊びや人の出入りがあるため100%虫刺されを予防することはできません。各家庭で虫よけ対策をして頂くなどのご理解ご協力をよろしくお願いします。

〈蚊に刺されてしまった時〉

- ① 刺された個所を水洗い
 - ② かゆみ止めの薬を塗る
- などの処置を行っていきます。

