



発行者：すずらん保育所  
発行日：令和5年5月31日  
担当者：看護師 坂本

## 歯みがき集会 のお知らせ



### 【日程】

6月5日（月）10：00～たんぽぽ組  
6月6日（火）10：00～あざみ組  
6月7日（水）10：00～すずらん組

### ●当日までに歯フラスの持参 をお願いします！

歯の染め出しを行い、汚れを確認します  
そのあとは…Let's 歯みがき～♪

※染め出しで歯ブラシが赤くなったり、衣服  
に染め液が付くことがあります。当日は  
汚れてもよい服装での登所をお願いします

歯科健診で虫歯があったお友だちは、歯科を  
受診し、受診結果を担当までお知らせ下さい。  
治療ができない等の理由があるお友だちも、  
歯科での状況をお知らせくださいね。

## 尿検査 があります！



### 採取日

6月13日（火）  
14日（水） } のうち1回  
21日（水）※予備日

### 目的

腎臓疾患や糖尿病などの病気の  
早期発見の為

### 注意

検査前日のジュース類は控えましょう  
朝起きてからの1番尿をとりましょう

- ◇検査後は結果をお知らせします  
陽性の場合は 二次検査を実施します
- ◇二次検査でも陽性の場合は病院での  
精密検査をお願いします



## 梅雨の時期 の注意点

### 食中毒

食中毒は6月から9月にかけて多く発生します。  
食中毒になると、嘔吐・下痢・腹痛などの症状を起  
しますが、2歳以下はけいれんを起こしたり、意識が  
なくなったりと重症化しやすいので注意が必要。調理  
する時は必ず手を洗い、新鮮な食材を使いましょう。

### 事故

雨の日は傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険  
性が高まります。また、雨で滑りやすく、転びやす  
くなりますので十分に注意しましょう。

### かぜ

蒸し暑さから汗をかくことが増えますが  
朝夕は気温が下がり寒くなることも。  
汗をかいたらすぐに着替え、寒くなっ  
たら上着などで体温調整を行うとよいでしょう。



## こどもの「肥満・痩せすぎ」

幼児期の肥満は、成長してから糖尿病にか  
かりやすくなるなど、将来的な生活習慣病の原  
因を作ってしまう。逆に痩せすぎは、貧  
血や骨粗しょう症など体の成長に影響しま  
す。しかし子どもによって、食欲やその適量  
には個人差があるもの。基準より体が小さ  
い、大きいからといって一喜一憂せず、極端  
な食事制限をしたり、食べる事を強制したり  
するのは避けましょう。むしろ、どちらも不  
規則な食生活や偏った食事、運動不足が大き  
く影響していますので、大人が手本になって  
規則正しい生活習慣を送ることが大切です。

バランスよく食べよう

