



ほけんだより 特別号



社会福祉法人慈愛会 あかまえこども園 令和8年6月1日発行

春のぼかぼかした日差しが少しずつ力を増し、雨の多い梅雨の季節になりました。晴れた日は汗ばむほど暑く、雨の日はひんやりと肌寒くなることもあります。子どもたちが元気に過ごせるよう、引き続き衣服の調節にご協力をお願いいたします。



健康診断



の日程が決まりました。

① 6月10日(水) 歯科検診 11時～

6月4日(金)までに歯科カードをこども園に持たせてください。

② 6月24日(水) 内科健診 11時～

当日はなるべくお休みのないようよろしくお願いいたします。尚、当日やむを得ず検診を受けられなかった場合には、恐れ入りますが、保護者の方が責任をもって受診をお願いいたします。歯科検診は昆デンタルクリニック、内科健診は木澤内科医院にて、それぞれ直接ご来院のうえ受診していただきますようご協力をお願いいたします。

指先の衛生についてのお願い

爪の間に汚れが溜まっているお子さんが見られます。爪の汚れは細菌が増えやすく、感染症の原因にもつながりますので、手洗いの際には指先や爪のまわりまで丁寧に洗えるよう、ご家庭でもお声がけをお願いいたします。ぬるま湯で汚れをふやかしたり、小さなブラシを使ったりすると、よりきれいに落とすことができます。

★ 爪の間の汚れを落とすコツ

- ① 手をぬるま湯につけて、汚れをふやかす
- ② 石けんをよく泡立て、指先までしっかり洗う
- ③ 爪ブラシや歯ブラシを使うと効果的
- ④ 爪を短く整えておく
- ⑤ 外遊びの後や食事前に意識して洗う習慣をつける



歯磨きは 体を守る 最前線



6月4日～6月10日は、歯と口の健康週間です。上の標語は日本歯科医師会が定めた、今年度の歯磨き週間のテーマとなっています。

★歯が健康だと、身体も健康♪

様々な研究で、虫歯が少ない人、歯茎が健康な人は、虫歯が多い人や歯茎が不健康(歯周病)の人に比べて、年をとっても健康であるということが分かっています。

★歯を健康に保つポイント

- ① 栄養バランスのとれた規則正しい食事を心がける。
- ② 何でもよく噛んで食べる。
- ③ 食べたら歯を磨く。
- ④ 歯科で定期健診を受ける。

★お願い★

- 6月1日(月)より年長、年中児は園での歯磨き活動を始めます。①コップ ②子ども用歯ブラシ ③巾着 の準備をよろしくお願いいたします。