



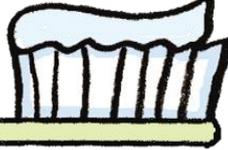
# 6月号 おはなだより

6月1日発行  
あいな保育園  
田上 ともみ



梅雨の季節がやってきました。天気の変りやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。

## 虫歯予防デー



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。

子どもが自分でしっかり磨けるようになるのは9歳くらいです。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い虫歯を予防しましょう。

特に5歳～9歳くらいは歯の生え変わりが活発で、虫歯もできやすいので大人がしっかり口の中を観察してあげましょう。

ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。

肥満予防となるだけでなく唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し虫歯を防いでくれる役割があります。



## 歯みがきのポイント



- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。
- 前歯は歯ブラシを90°にあててみがきましょう。
- 歯と歯ぐきの間は歯ブラシを45°にあてましょう。

虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがきましょう！

### ☆歯磨き中の事故に注意！

自分で歯ブラシを持ってみがくようになった子どもで注意したいのが、歯磨き中の事故です。

歯磨きの場所を決めたり、「ながら歯みがき」（歩きながら・お友だちや兄弟、姉妹とふざけながら・テレビを見ながら…）をしないように約束したりして子どもの事故を防ぎましょう。



### 食中毒に注意！

食中毒は細菌やウイルスが付着した物を口にすることが原因で湿度の高い夏場に多く発生します。嘔気・下痢をもよおし、熱が出ることもあります。症状が続く場合はすぐに病院受診してください。

### 病児保育おはな 5月 ご利用状況

- ・咽頭炎 : 3名
- ・急性上気道炎 : 1名
- ・発熱 : 1名
- ・風邪症候群 : 1名

計6名

