



ほけんだより 6月号

2020年6月1日
いちご保育園
看護師 星野

ようやく緊急事態宣言が解除されましたね。元通りとまではいきませんが、保育園に明るい笑顔が戻ってとても嬉しく思います。コロナウイルスの影響でゆっくり桜を見る間もなくあっという間にあじさいがきれいに咲く季節となりました。この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったり、と体調を崩しがちです。油断をせずバランスのよい食事や睡眠をしっかりととり、コロナをはじめ病気になるまい元気に過ごしていきましょう。

6月4日は虫歯予防デー



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。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。また、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。



★めろん組 歯みがきデビュー
6月に入りめろん組のお子様たちが保育園で歯磨きをはじめます。
6月4日までに歯ブラシに名前を書いて持ってきてください。

★6月の歯科検診は中止になりました。
今回は11月を予定しています。

虫歯菌はどこから来るの？

虫歯菌の中でも代表的なのはミュータンス菌です。興味深いことに、新生児の口内にはミュータンス菌がありません。周りの大人の唾液に含まれている菌が感染するのです。たとえば、箸やスプーンで食べ物をあげたり、同じコップで飲み物を飲んだり、キスをしたりすることで感染します。乳歯の生え始めから生えそろったまでの、およそ1歳半から3歳ほどの時期は特に注意が必要です。予防法としては適切なブラッシングやフッ素塗布、シーラントの施行などがあります。



新しい生活様式

1. 一人ひとりの基本的感染対策
感染防止の3つの基本
①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗い
2. 日常生活を営む上での基本的生活様式
 - まめに手洗い・手指消毒
 - 咳エチケットの徹底
 - こまめに換気
 - 身体的距離の確保
 - 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
 - 毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養上記は厚生労働省の文書を抜粋しました。

保育園は3密を回避することが困難な場所ですので、できる限り手洗い・うがいを徹底して行き、施設内の消毒をしっかりとしていきます。

保護者の方々もお仕事帰りにはしっかりと手を消毒しマスクを着用の上お迎えをお願いします。保育園の玄関にアルコール消毒を設置いたしましたのでご利用ください。尚、日本小児科医会より2歳未満のお子様の『マスク着用は不要であり、むしろ危険』との呼びかけがありました。お子様のマスク着用はご家庭の判断にお任せしますのでよろしくお願いいたします。また、以前よりも軽い症状でのお迎えをお願いすることがありますが何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。

プール遊び開始に向けて 体調を万全に！

プール遊びを行う前には、子どもたちの体調を把握するため、全園児の健康チェックを行います。皮膚に水いぼ、化膿している傷がある場合や絆創膏を貼っている場合、また中耳炎や蓄膿症、ものもらいなど目の病気時はプールに入れないことがあります。上記のような症状があるお子様は、プール遊びが開始される前に受診・治療をしてください。宜しく願いいたします。

