

5月のほけん行事予定

9日(月) ●身体測定

肌着とオムツ又はパンツで測定します。

11日(水) ●乳児健診(0歳クラス)、
内科健診(4歳・5歳クラス)

※他クラスのお子さんでも気になることや園医に相談がある場合には、当日一緒に診てもらえますので前日までにお知らせください。

12日(木) ●歯科健診

朝、おうちで歯みがきをしてきて下さい。

*当日お休みのお子さんは、後日個別に「よりこデンタルクリニック」に受診をお願いします。

もうすぐプール活動が始まります！

楽しく安全にプール活動を行うため、始まる前に子どもたちの体にケガや病気がないか確認しています。

- 皮膚に化膿している傷がある場合や絆創膏を貼っている時
- 中耳炎や蓄膿症などの耳の病気時、ものもらいなどの目の病気時

上記のような症状があるお子さんは、プール遊びができませんので、活動の前に受診や治療をお願いします。
*水いぼは、患部をラッシュガードなどで覆ってください。



★ 6月4日は虫歯予防DAY

0歳から歯磨きの習慣を

虫歯は、歯垢の中にすむミュータンス菌が作り出す酸によって、歯が溶けていく病気です。歯の付け根部分などに白っぽく見えるものは食べかすではなく、菌がたまってできた歯垢。ネバネバしているため、うがいだけでは取れず、ていねいな歯みがきが必要です。歯が生え始めたら歯みがき習慣の準備をはじめ、上下4本ずつ生えたら歯みがきスタートです。

参照: クリニカホームページ 歯の基礎知識

デンタルフロスのOKAMURA 仕上げ磨きのやり方は？

仕上げみがきの方法

歯みがきの基本

ポイント①

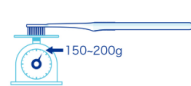
毛先を歯の面にまっすぐあてる



ハブラシの毛先を歯と歯ぐき(歯肉)の境目、歯と歯の間に、きちんとあてる

ポイント②

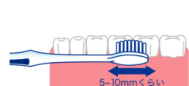
軽い力で動かす



ハブラシの毛先が広がらない程度です

ポイント③

小刻みに動かす



5〜10mmの幅を目安に小刻みに動かし、1〜2本ずつみがく

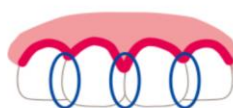
ポイント④

1か所につき20回以上

歯垢(プラーク)はなかなか取りきれないため、丁寧に動かしましょう。ブラッシングの時間は3分以上が目安です。強い力で動かすとハブラシの毛先が広がって歯ぐき(歯肉)を傷つけたり、歯垢(プラーク)が逆に取れにくくなったりします。さらに子どもが痛がり、歯みがきを嫌がる原因になってしまうこともあります。

1歳頃に気を付ける場所

1才頃



前歯の歯と歯の間と
歯のつけ根を丁寧に！

1歳になったばかりの頃は、まだ奥歯がありません。イラストのように前歯の歯間や歯の付け根を丁寧に磨いてあげましょう。

4〜5歳頃に気を付ける場所

4〜5才頃



奥歯の歯と歯の間を丁寧に！

また4歳〜5歳では奥歯の歯間に汚れが溜まりやすくなるので、丁寧に磨いてあげることがポイントです。小さい子は5歳で歯が磨き始めるので、仕上げ磨きの時によく観察してあげましょう。

1〜3歳頃に気を付ける場所

1〜3才頃



特にかみ合わせの部分は
汚れが溜まりやすいので注意！

1〜3歳頃になると奥歯が生え、かみ合わせの部分に汚れが溜まりやすくなります。

2歳あたりからイヤイヤ期が始まり、歯磨きを嫌がることも多いでしょう。

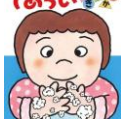
手で歯を開く様子を見せたり歌を歌ったりして、なるべく歯磨き=嫌なものという印象が残らないようにすることが大事です。



★ 全クラスに手洗い教室をおこないました

もも・ばななぐみさん

てあらいの歌(ピオレあわあわてあらいの歌)にはキョトンとした表情でしたが、絵本はとても楽しんでくれました！保育者の介助のもと、毎日キレイに手を洗っています。



みかん・めろんぐみさん

手についたバイキンのお話をしたら、みんなキレイに手を洗っていると教えてくれました。バイキンは手洗いでキレイになることを勉強しました。



ぶどう・いちごぐみさん

手あらいの歌もきちんと歌え、しっかり手あらいできる手洗い博士です。手あらいのタイミングもばっちりと言える姿に感動しました。手洗いのタイミングをみんなで復習しました。



手荒いのタイミング

- 外から帰って来た時
- ごはんを食べる前
- トイレに行った後

*次回のてあらい教室は9月を予定しています。

*来月は、虫歯予防デイがありますので、歯のお話を幼児クラスにします。しまじろうの教材や、モンダミンのシールなどを持ち帰る予定にしています。お家でも是非活用してみてください！