

ほけんだより 6月号

令和5年5月31日
石山くじら保育園

紫陽花の鮮やかな色が、目をひく季節になりました。梅雨の季節は湿度、温度ともに高くなり、天気が変わりやすいため、体調を崩しやすい時期でもあります。新型コロナウイルス感染症は5類感染症になりましたが、油断せず、感染対策を心掛けましょう。

**6月4日は
虫歯予防デー**

脳の働きが
活発になります

かむことは大セリ

あごの骨や
筋肉の成長を
助けます

だ液の分泌が
盛んになり、
消化を助けます

歯肉に刺激が伝わり、
歯を支えている骨や組織が
丈夫になります

だ液の分泌により、
食べかすが歯に付くのを
防ぎます

正しく磨くための ポイント

- ブラシやグリップの形がシンプルで小さめの歯ブラシを使う。
- 磨く面に直角にブラシを当てる。
- ブラシは、柔らかい力で、できるだけ細かく動かす。
- 1本1本磨くつもりで磨く。



もしかして…むし歯？

むし歯があると、食事中、こんなようすが見られることがあります。

同じほうばかりで
かんでいる？



いつまでも飲み込まない



かまないで丸飲みす



新型コロナウイルス感染症が 5類になりました

5月8日以降、新型コロナウイルス感染症が5類感染症になりました。

園児が感染した場合は、学校保健安全法に基づき、出席停止期間は

【発症した後5日を経過】し、
【症状が軽快した後1日(24時間)を経過】
するまでです。咳症状などが残る場合は、マスクの着用のご協力をお願いします。

食中毒を予防しよう

食中毒が発生しやすくなっています。子どもたちの健康を守るためにも、この時期はご家庭でも、いつもより衛生的に過ごすように心がけてください。

予防のポイント

- 1 新鮮な食材を使う。調理してから時間がたったものは食べない
- 2 魚や肉は十分に火を通す
- 3 賞味期限や冷蔵庫を過信しない
- 4 まな板や包丁などはまめに熱湯消毒や漂白剤で殺菌する
- 5 調理前や食事の前、トイレの後にはせっけんで手指を洗う
- 6 手指に傷がある場合はブドウ球菌に感染しやすいので注意する

