



ほけんだより



第114号

2025年6月発行

俊英館保育園

こぐま園

俊英館第2保育園

梅雨に入り、アジサイが色づき始める頃ですね。雨の日が増え、子どもたちは外で思いきり体を動かしたくてうずうずしていると思います。天気や気温の変化が激しく、湿度も高くなってくるこの時期は、熱中症になる危険が高まります。体調管理には十分気をつけて過ごしましょう。水分補給も忘れずに！

歯科検診について

嘱託医 三谷 豊美先生(恒久会歯科医院)

5月28日(水)10:00~ **済**

こぐま園→俊英館保育園

6月11日(水)10:00~

俊英館第2保育園



※要治療の結果を受け取った場合は、早めに歯科医の治療を受け、結果用紙下部の「歯科受診報告書」を保育園に提出してください。

春季健康診断について

嘱託医 糸原 俊行先生(糸原医院)

6月25日(水)9:30~

こぐま園→俊英館保育園(2園ぞう組→本園あひる組)→
俊英館第2保育園(ひよこ・あひる・りす・うさぎ・きりん組)

6月26日(木)13:00~

俊英館保育園(りす・うさぎ・きりん・ぞう組)

※欠席の場合は、後日、糸原医院に行って健康診断を受けていただきます。その際に「健康診断個人票」が必要ですので、受診される前に担任から受け取ってください。

6月4日は「虫歯予防 DAY ✨」

歯みがきで虫歯を防ぐ！

歯みがきを好きになる **3**つのポイント

ポイント1

好きな歯ブラシを使わせる

子どもが選んだ歯ブラシのほうが、楽しく、自分で進んで歯みがきできます。仕上げみがき用には、本人が使うものとは別に、サイズや年齢に合ったものを選びましょう。

ポイント2

やさしく見守る

歯みがきタイムは、食後の忙しい時間帯なので、つい「早く！」「ちゃんとみがいて！」などと言いがち。でも、子どもは楽しいほうが取り組みやすいもの。やさしい気持ちで見守ってください。

仕上げみがきは小学校3年生くらいまで続けるのがベスト。それまでに習慣づけたいですね。



ポイント3

仕上げみがきは痛くしない

歯を強くみがいたり、粘膜や歯茎に歯ブラシが当たると、痛くて仕上げみがきをいやがるようになってしまいます。手の甲に歯ブラシを当ててこすったときに、毛先が広がらない程度の力加減を目安に、やさしくていねいにみがいてあげましょう。

実験！

歯が溶けるって？

歯が溶けて虫歯になると言われても、子どもにはピンとこないかもしれません。乳歯が抜けたときに、その歯をお酢につけてお子さんといっしょに観察してみましょう。1日ほどで歯の表面がボロボロと溶けていくのが見られます。

夏の肌トラブル

蚊

に刺されたとき

大人が蚊に刺されるとすぐにはれ、じきに治まります。ところが、小さな子どもは、刺されてしばらくたってから、びっくりするほど大きくはれて水ぶくれができることもあります。かき壊さないよう、早めに手当てしましょう。

ケアは

- ① 刺されたところを水で洗い流します。



- ② かゆみ止めを塗ったり、ぬらしたタオルやハンカチで包んだ保冷剤などを当てたりして、かゆみをやわらげます。



あせも

ができたとき

汗を分泌するところに、汗やほこりなどがつまって炎症が起こった状態です。汗をかきやすい部位に赤い小さなポツポツがたくさんできて、かゆくなります。

ケアは

シャワーなどで汗をよく洗い流します。外出先などでは、汗の成分が皮膚に残らないよう、ぬらしたタオルで汗をふき取りましょう。



予防は

汗をよく吸い取る綿の肌着やシャツを着せましょう。

とびひ

ができたとき

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染して、ジクジクした湿しん（とびひ）ができます。とびひは感染力が強いうえに、ひどくかゆいため、かいた手で体のほかの部分に触ると、そこにも湿しんが広がります。

ケアは

シャワーを浴び、皮膚の清潔を保ちます。かき壊して広がる、周りに感染するのを防ぐためにガーゼなどで保護することがあります。

肌トラブルを防ぐために

- 皮膚を傷つけないように**つめを短く切る**
- かゆみをやわらげるように**冷やす、かゆみ止めを塗る**
- 治りが遅い、広がった、湿しんが変化したときは、**小児科や皮膚科を受診**

治療は

抗菌薬の塗り薬を使います。よくならないときは抗菌薬の内服をします。

おねがい



蚊に刺されないように、または刺されたあとを掻いてしまわないように、**虫よけパッチ**や**痒み止めパッチ**等を使用しているご家庭もあるかと思います。しかし、保育園では遊んでいる中で自然とはがれてしまい、落ちているパッチを乳児が見つけて口に入れてしまうといった事故などが報告されています。**上記製品をつけての登園はお控えいただき、登園前に、ご家庭での虫よけ対策をお願いします（基本的に保育園では、虫刺され薬の塗布は行いません）。**

