

ほけんだより

北海道教育大学附属函館幼稚園 2021年度 No.3



★歯を大切にしよう

長ぐつをはき、水たまりの音を楽しんでいる様子を見られる季節となりました。雨で滑りやすくなっているので、走らず安全に歩くようにしましょう。また、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったりと気温の変化が激しく体調を崩しやすくなります。水分の補給にも気をつけ元気にすごしましょう。

「たべもの」のあかちゃん



気温も高くなってきて、各クラスとも野菜の苗や種を植えました。たべものあかちゃんはどんなふうが大きくなって、みんなの知っている形になるのか、楽しみです！

あかちゃんにミルクをあげたり、おむつをとりにかえたりするように、野菜にもお水をあげたり、雑草をとってきれいにするお世話が大切です！



6月のほけん行事		
6月 2日 (水)	眼科健診	(全クラス)
9日 (水)	歯科健診	(全クラス)
22日 (火)	内科健診	(全クラス)
24日 (木)	耳鼻科健診	(全クラス)

お医者さんによる健診が始まります！
痛いこと、こわいことはないので安心して、うけられるようおうちでもお話してください。
健診の前には、「けんこうしんだんだより」でくわしくお知らせします！

5月の下旬に市内の保育所や医療機関で「ノロウイルス」が発生していました。冬に流行するといわれる感染症ですが、最近では、1年を通して発生が報告されています。

ノロウイルスとは…？

ノロウイルスは、「感染性胃腸炎」の一種で二枚貝に潜むウイルスの感染症です。少ない量でも感染し症状がでます。また、感染している人の汚物からの二次感染が多く、集団感染につながります。

- ★症状は？ … おう吐（繰り返す、勢いよく）、腹痛、下痢、発熱（軽い）
- ★潜伏期間は？ … 1～2日
- ★治療は？ … ノロウイルスのお薬はなく、症状を緩和しながら回復を待ちます。1～2日で症状がおさまりますが、体力のない幼児や高齢者などは特に脱水症状に気をつけます。

体の中に入ったウイルスは、1か月程度、便から排出されます。下痢やおう吐などの症状がおさまっても汚物の処理には注意が必要です。下痢やおう吐が激しい場合は、早めの受診をお願いします。





「は、は、は」のはなし

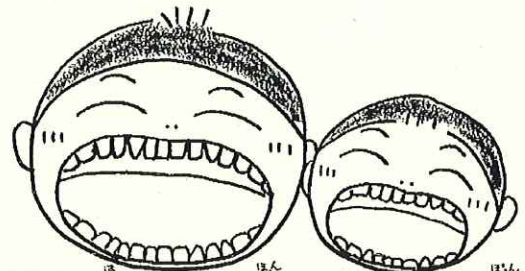


6月4日は 虫歯予防デー

「歯がぬけたよ!」いつもはマスクで見えない口を開けてニコッと笑って教えてくれました。年長になると下の前歯から次々とグラグラしてくることが多いです。

歯の生え変わりは個人差が大きいので、早く抜けたから、遅いからといって問題はありません。しかし、最近では歯の本数に比べて顔、あごが小さくなってきているため、生え変わり時期に乳歯が抜けないうちに、永久歯が出てきてしまうことがあります。仕上げみがきなどの際に注意して見てあげてください。

また、乳歯のおし歯は抜けるから、といって放っておくことは危険です。おし歯のできやすい口の中の環境になっているということなので、生え変わっても永久歯におし歯ができやすくなってしまいます。



おとなの歯は 28~32本 こどもの歯は20本

しあげみがきのポイント!

しあげみがきは、生えかわりが終わるころまでしてあげるといいそうです。

特にぬる前に、スキンシップをかねながらポイントをおさえて楽しい時間にするといいですね!



- くちにあう おおきさげできがま、すぐけがやわらかめ
- X けできがまが、ているけが、あつめ
- X おおき、すぎるもの、ちいすぎるもの

むし歯になりやすいところ

しっかりみがいてねッ!!



「フッ素」ぬっているから大丈夫!のわな...

市の健診や歯医者さんでフッ素をぬってもらうことがあると思います。「フッ素」は歯を強くする効果があります。

フッ素ぬっているから、歯みがきはいらぬ!わけではないのです。歯みがきは、歯の食べかすなど、むし歯菌のエサとなる汚れをとる役割があります。菌に負けない強い歯を作るためのフッ素と菌にエサを与えないための歯みがきが大切!ということです。



わなのキリトールミ

キリトールがほらほらでもさとう、果糖、糖などがはいっています。むし歯になりやすいところ、表示をしっかりとみてね。

原材料: 水、おめ、キリトール、さとう、香料、PABA、PABA

また、たべす、たべす、おなかか、ゆめ、なる、ので、あります、ほ、ほ、ほに、ね。