



6月のほけんだよ!

令和8年6月発行
幼保連携型認定
こども園
第二和光園

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、もともと体調を崩しやすい時期でもあります。
過ごしやすい環境作りに配慮し、毎日のお子さまの体調の変化に気を配っていきましょう。

**6月4日は
むし歯予防デー**

乳歯は虫歯になりやすく進行も早いといわれています。予防のためには歯磨きの習慣が大切です。1日1回就寝時に仕上げ磨きをするだけでも効果的です。歯磨きを嫌がる場合は、うがいや食後に水やお茶を飲むのも一つの方法ですが1日1回歯ブラシを口に入れる習慣をつけていきましょう。

歯磨きを楽しむ方法

歯磨きをテーマにした絵本やぬいぐるみを使って歯磨きごっこをしたり、歌を歌って仕上げ磨きをするなど子どもが歯磨きに興味を持つ環境づくりをすることがポイントです。親子のスキンシップを楽しみましょう。



もしかして…むし歯？

むし歯があると、食事中、このような様子が見られることがあります。

**同じ方ばかりで
噛んでいる**



いつまでも飲み込まない



噛まないで丸飲みする



※もし気になるようなら歯医者さんに相談してみましょう。

お散歩時の注意点

- ◎気温が上がってきて蚊などの虫が増えてきました。各ご家庭でも、虫よけスプレーなどを使用し、虫よけ対策をお願いいたします。
- ◎1年のうちでも5~9月は紫外線の多い時期です。外に出る時は、必ず帽子をかぶるようにしましょう。
- ◎雨の日は傘をさすことで視界が悪く転倒リスクが高まりますので、十分注意しましょう。

水遊びがはじまります 始まる前に皮膚の確認を!

ウイルスが原因でできる『水いぼ』はつぶれると液が出てほかの子にうつったりしますので肌と肌の接触やタオルなどの共有は注意が必要です。

