



ほけんだより 1月

新しい1年が始まりました。冬休みは楽しく過ごせましたか？ つい不規則な生活になったり、食べ過ぎたりしたのではないのでしょうか？ 今年も子どもたちが元気に過ごせるように、ほけんだよりを通して病気の予防法などをお伝えしていきます。本年も宜しくお願いいたします。

11月の歯科検診の結果

*今年の歯科検診は園児125名が受診しました。
検診の結果は以下の通りです。

歯石は1~2は125名中16名

虫歯は125名中8名でした。

園医からは松ヶ本の子どもさんは虫歯が少ないですね。おうちでしっかり磨いてくださっているのですね。とおっしゃっていました。

今後もお家での仕上げ磨きをお願いします。

虫歯も初期で治療の殆どがフッ素塗布で終了でした。

視力測定の結果

子どもの視力は6~7歳で安定するといわれています。近年の幼稚園・保育園・こども園や小学校での視力測定の目的は、弱視と乱視の早期発見です。

12月の園での測定結果は
3歳では1.0以上(A)が26名中6名
20名は0.9~0.8(B)でした。

4歳では1.0以上(A)が26名中11名
15名は0.9~0.7(B)でした。

5歳では1.0(A)が26名中19名
7名は0.9~0.7(B)でした。

子どもの皮膚は乾燥しています

子どもの皮膚は薄く、皮膚のバリア機能が未熟です。外からの刺激に弱く、水分を保持する機能も未熟な為に、乾燥しやすくなります。また、冬になり屋内外の湿度が低くなり、より一層、乾燥肌が進行します。当園の園児も殆どが乾燥肌です。健やかな皮膚を保つためのスキンケアはとても大切です。アトピー性皮膚炎の予防にもなります。

スキンケアの基本は、清潔・保湿・紫外線防御です!!
丁寧で、こまめなスキンケアの時間は、かけがえのないスキップの時間でもあります。ぜひ親子で楽しみながら、お肌の健康を保ってください。



今月のスケジュール

身体計測

1月5日(水) 0・1歳
6日(木) 2・3歳
7日(金) 4・5歳

*内科健診 24日(月)です
内科健診時に質問がありましたら
けんこうきろくの『気になること』
の欄にご記入ください。

冬に感染症が流行しやすい理由

1. 気温と湿度

低温・低湿度を好むウイルスや細菌、微生物などにとって、寒くて空気が乾燥する冬は最適な環境です。感染力が強くなります。さらに、空気が乾燥していると、咳やくしゃみの飛沫が小さくなり、飛沫に含まれたウイルスが速くまで飛びやすくなるからです。

2. 人の免疫力が低下

外気の乾燥に加えて、夏場ほど積極的に水分をとらなくなるため、体内の水分量も少なくなりがちです。本来は粘液でウイルスの侵入を防いでいる鼻や喉の粘膜が傷みやすくなり、ウイルス感染を起こしやすくなります。