



 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *
 * * * * *

ほけんだより

2015年 6月 9日発行 保健室 高田

梅雨の空の色は、どんよりしているけれど、雨に濡れてきらきら光る緑の葉っぱや、鮮やかな紫陽花の花の色はとてもきれいです。毎年園庭で咲く紫陽花も、土の性質でいろんな色に変化しています。これからは、雨が多くなりますが、雨を楽しみ、また晴れた日には、晴れたことを楽しみたいですね。



今月の目標

- 歯を大切にしよう
- 自分の身体を知ろう



先月は、「足の清潔」ということで、ひまわり組、ばら組対象に、足の洗い方、拭き方の話と実際にやってみました。話の内容は、手と同じで、足の指の間も汗をかくので洗う、膝など砂がついていた時は洗う、拭く時は、かかとも拭き残しがないか見てみよう、危ないから、洗い場のコンクリートの上に立って待たない…などです。「こっち(右)の足の指の間はいくつあるかな?」と尋ねると「4つ」「えー違うで5やで」「あっ僕も一緒や」「5 ゆうたら指やん」→先生がホワイトボードに足の指の絵を書いてくれて、指の間を確認。良かった、皆一緒に4でした(笑)

「いつもお風呂の時、石鹸つけて洗ってる。」「ママ洗ってくれてる」「洗ってへんかった」子ども達の反応を見ながら進めていきました。今は、指の間も洗っており、たまに洗い忘れていた友達がいたら、「指洗ってへん。」と声をかけてくれています。ただ、かかとの拭き残しは多く、濡れたままだと、廊下も滑りやすくなるので、先生や私も声をかけています。ご家庭でも、お風呂やシャワーの後などに気にかけていただきたいと思います。すみれ組は、今月足の拭き方をします。

6月なので、幼児はクラスごと、〈歯の話〉を予定しています。(ひまわり組は終了)

虫歯ってどうしてできるの? どの歯がなりやすい? 磨き残ししやすい歯ってどれかな? など質問をしながら磨き方の練習などします。

少し前から、【便秘】の子どもも増え? ているので、〈元気なうち〉の話も出来たらと考えています。

【先月の感染症】	手足口病 5人
	頭しらみ 3人
発熱での早退	5人
体調不良で休養	0人



先月は、比較的体調も良く、予防接種を受ける子どもさんが多かったように思います。4種混合の追加やMR(麻疹・風疹ワクチン)の適応年齢の子どもさん、受けそびれにご注意ください。毎月、返却しています「けんこうてちょう」の最初のページに予防接種の控えを付けています。ご家庭で、記入していただけたら、わかりやすいかと思います。すでに記入してくださっている方ありがとうございます。

なお、4歳5歳児さんは、今までのを使用しているの、付いていません。ご希望の方は、お知らせください。



ムヒパッチ、どのくらい貼っていますか

何名かの方から、「ムヒパッチを持って来たい」と相談を受けました。そこで、ムヒパッチを詳しく知ろうと思い、製薬会社に問い合わせしてみました。一回貼ると最大4~5時間(皮膚の弱い子どもさんの場合は、もう少し短め)で一旦、剥がしムヒを塗って肌を休めて様子を見て下さいとの事でした。剥がす時も、端からゆっくり、少し濡らすと良いそうです。園では使用していませんが、もし、ご家庭で使われる時は、ご注意ください。

仕上げ歯みがきいつまで?



先月28日に歯科検診がありました。虫歯があった子どもさんがおられましたが、一人1本じゃなく、幾つかありました。虫歯を治療していても、また同じ歯の横から虫歯になりかけていました。虫歯になりそうな歯は磨き残しもあり、歯垢が付いていました。歯科医から、「まだまだ、おうちの方の仕上げがいる年なので、寝る前に全部と決めず、朝は上の歯、晩は下の歯と分けて磨いてもいい。歯ブラシ

を当てる時に、唇と歯茎をつなぐ筋に毛先を当てると痛がるので指で保護しながら優しく磨いてください。」とアドバイスをいただきました。仕上げは何歳まで? 小学校の低学年くらいまで必要だそうです。(我が子たちもしていた頃は虫歯0でしたが...)

誕生月には、「定期健診の予約プレゼント」も早期発見できる良い機会になりそうですね。