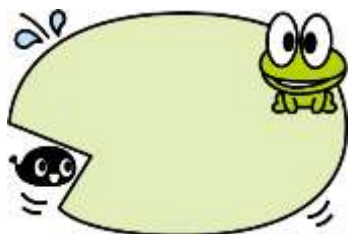




ほけんだより 6月号

令和7年度 社会福祉法人零石保育園 保健室



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、もっとも体調を崩しやすい時期でもあります。体調がすぐれないときは無理をせず、十分案休息をとりながら過ごしていきたいですね。



6月4日はむし歯予防デーです。予防のためには、歯磨きの習慣が大切です。1日に1回就寝前に仕上げ磨きをするだけでも効果的です。もしも、歯磨きを嫌がる場合は、うがいや食後に水かお茶を飲むのも一つの方法ですが、1日1回必ず歯ブラシを口に入れる習慣から始めて行きましょう。歯磨きを楽しむ方法は、歯磨きをテーマにした絵本やぬいぐるみを使って歯みがきごっこをする、歌を歌って仕上げ磨きをするなど歯みがきに興味を持つ環境づくりがポイントです。



6月は保健行事があります。お休みをした場合は個別に園医の先生に受診していただくことになります。できるだけ欠席のないようにお願いいたします。

6月4日(水) 歯科検診 10時から

マキ歯科クリニック 上野牧子先生

6月10日(火)内科検診 12時10分から

上原小児科医院 上原充郎先生

なお、検診の結果は後日個別に配布します。

看護師がおすすめる

歯みがき絵本



汚れた部分をこすると汚れが消えるしかけ絵本です。毎年歯ブラシ指導の時に使用しています。ポケモン好きにもおすすめ



歯ブラシを列車にたとえ楽しく歯みがきの手順と楽しさを学ぶことができる絵本です。電車好きにおすすめです。

