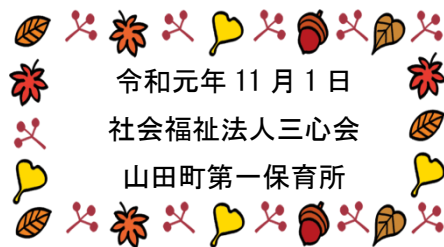




11月 ほけんだより



令和元年 11月1日

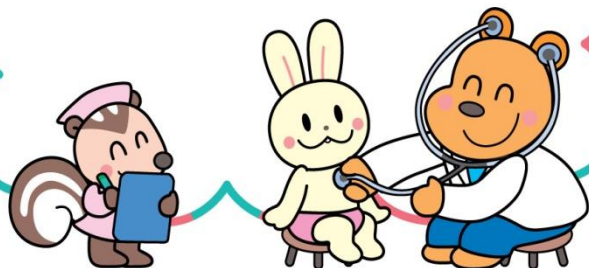
社会福祉法人三心会

山田町第一保育所

インフルエンザやノロウイルス等の感染症が流行する季節がやってきました。インフルエンザの予防接種が始まっています。お子さんの健康を守るために積極的に接種するようにしましょう。しかし摂取したからと安心せず、手洗いや規則正しい生活を心掛けていきましょう。

11月20日(水) 歯科健診を行います

- 当日はできるだけ休まずに健診を受けるようにしましょう。
- 当日の朝は仕上げみがきを忘れずに！



おねがい

歯科健診の結果を書きますので、お口の健康カードが家庭にありましたら、カードの提出をお願い致します。カードは卒園までお預りしますが、町の健康診断で必要ですので、その際は一旦お返しします。健診を受ける時はお知らせください。

氏名	年	月	日	健診結果
1 歳				
1.6 歳				
2 歳				
2.6 歳				
3 歳				
4 歳				
5 歳				



ハンカチ忘れずに

かぜ予防に効果的な手洗いですが、手洗い後、汚れたハンカチで手を拭いてしまうと、逆に手が汚れてしまいます。毎日洗濯をしたハンカチを持たせてくださるようお願いいたします。



11月8日は いい歯の日！ 仕上げみがきのポイント

みがき方のポイント

☆直角に歯ブラシを当てる

歯の面にまっすぐ歯ブラシを当て、小刻みにやさしくみがきましょう。



☆1本1本みがくつもりで

歯垢はなかなかとれません。特に歯と歯の間、歯茎と歯の境目は丁寧にみがきましょう。

みがきにくい部分のポイント

☆前歯

くちびると歯茎をつないでいる筋に歯ブラシが当たると痛がります。指で押さえて当たらないようにみがいてあげましょう。

☆歯と歯の間

デンタルフロスを使って丁寧に汚れを取りましょう。

仕上げみがきを楽しくするポイント

☆歯みがきに合わせて歌を歌ったりして「楽しい！」と感じる雰囲気を作りましょう。

☆みがいた後はたくさんほめましょう。

☆歯みがきの時間を決めて、習慣付けましょう。

