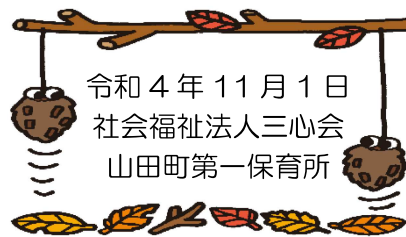




11月 ほけんだより



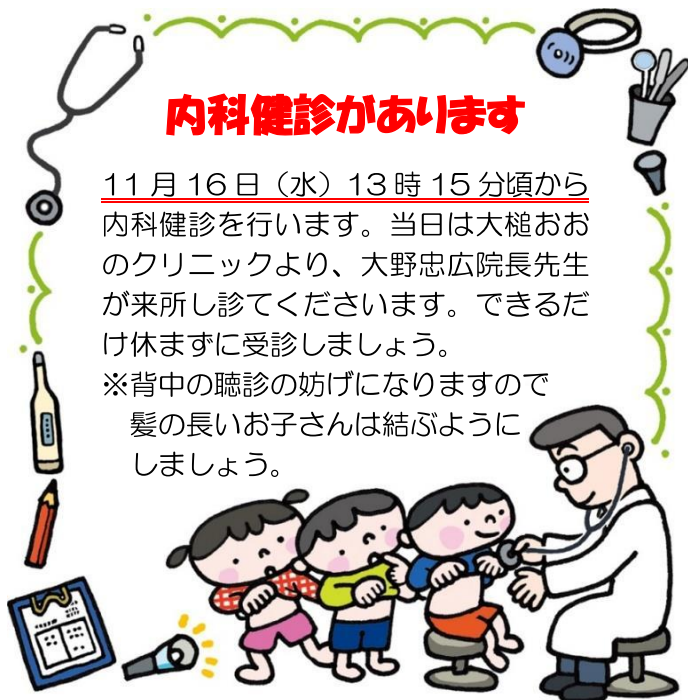
令和4年11月1日
社会福祉法人三心会
山田町第一保育所

園庭のいちごの葉が黄色く色付き始めました。落ち葉を拾う子どもたちも季節の移り変わりを感じているようです。朝夕冷え込み、体調を崩しやすい季節になりました。予防接種や手洗い、規則正しい生活リズム等、体調管理に努めていきましょう。

内科健診があります

11月16日(水) 13時15分頃から内科健診を行います。当日は大槌おのクリニックより、大野忠広院長先生が来所し診てくださいます。できるだけ休まずに受診しましょう。

※背中のお聴診の妨げになりますので髪が長いお子さんは結ぶようにしましょう。



すみれ組のおうちの方へ

11月17日(木)は就学時健康診断です。保育所でお預かりしている**おくちの健康カード**(むし歯ゼロ表彰カード)を15日(火)にご家庭に一旦お返しします。健康診断で使いますので忘れずに持参してください。健康診断が終わりましたら、保育所にカードを戻して下さるようお願いいたします。

氏名	健診日	健診結果
1 藤田	11/15	OK
2 山田	11/15	OK
3 佐藤	11/15	OK
4 鈴木	11/15	OK
5 田中	11/15	OK
6 山本	11/15	OK

11月8日は いい歯の日 上手に仕上げみがきできていますか？

みがき方のポイント

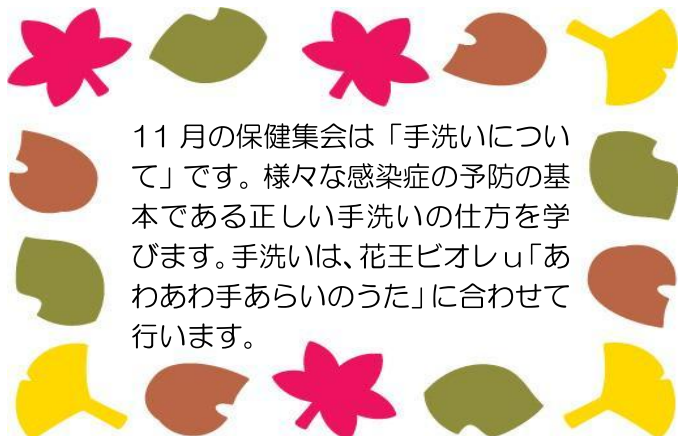
- ◇ 歯の面にまっすぐ歯ブラシを当て、小刻みに優しくみがきましょう。
- ◇ 歯垢はなかなかとれません。特に歯と歯の間や、歯茎と歯の境目は丁寧にみがきましょう。

みがきにくい部分のポイント

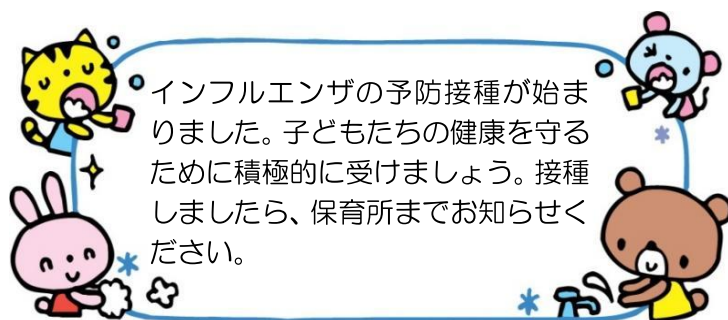
- ◇ 唇と歯茎をつないでいる筋(上唇小帯)に歯ブラシが当たると痛がります。歯ブラシが当たらないように筋を指で守ってみがきましょう。
- ◇ 奥歯の溝は歯垢がたまりやすい部分です。5、6歳になると「6才臼歯」という永久歯が生えてきます。奥歯でみがきにくく虫歯になりやすいので、大人が気を付けてみがいてあげましょう。

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、数を数えたりしたりして「楽しい!」と感じる雰囲気を作ってあげましょう。
- ◇ 「ちゃんとみがかないと!」と怖い顔になっていませんか?それでは仕上げみがきが怖くなってしまいます。笑顔でしてあげましょう。
- ◇ 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、歯みがきを習慣化しましょう
- ◇ 歯が生えそろうまでは歯の高さが違ったり、隙間があったりと歯みがしにくく虫歯になりやすいので、**生えそろう10歳頃まで仕上げみがき**をしてあげるようにしましょう。



11月の保健集会は「手洗いについて」です。様々な感染症の予防の基本である正しい手洗いの方法を学びます。手洗いは、花王ビオレ「あわあわ手あらいのうた」に合わせて行います。



インフルエンザの予防接種が始まりました。子どもたちの健康を守るために積極的に受けましょう。接種しましたら、保育所までお知らせください。