

ほけん だより 6月

2021年6月1日
社会福祉法人からしだね
足立区立青井保育園

看護師

雨の日より晴れた日が好き!! 雨の日はじっとりとムシムシして嫌い!! なんて思っている、雨あがりの空に七色の虹を見つけると何だかウキウキした気分になりませんか? 先日、夕方に見かけた“ダブルレインボー”はステキでしたよね。“願いを叶えてくれる”という言い伝えがあるそうです。雨の日には雨の日の、晴れた日には晴れた日の楽しみ方を見つけて、天気や気温の変化に体調をくずしてしまいがちな梅雨の季節を元気に乗り切りましょう。



雨の季節、雨が降ると…

* 視界が悪くなる * 音が聞こえにくくなる
などの影響で、普段は歩き慣れた通園路も
違った世界になってしまいます。

- * 目立つ色の傘や洋服を選ぶ
- * マンホールのフタは滑りやすいので

足元に注意

* 雨がやんで、たandan傘の持ち方にも注意
など、くれぐれも事故のないように…。



ペットボトルに隠されたワナ



直接、口をつけたペットボトルの実験

【緑茶を常温で2時間放置 ⇒ 計測不能なほどのバイ菌が増えた!!】
という結果が出たそうです。見た目や臭いに変化がなくても

* 直接、口をつけると

ペットボトルにバイ菌が入ってしまう

* 直接、口をつけなくても、一度開けた

ペットボトルには空気中のバイ菌が入ってしまう

なので、開けたら * 早目に飲みきる * 暑い部屋に放置しない

ようにしましょう。



春季

健康診断のお知らせ

嘱託医 角田 祥子医師 により

* 6月3日(木)

* 全園児対象

* 9:00~ 各クラス順次、行います。

・登園時間に遅れないよう、着脱しやすい服装で、
ご協力お願いいたします。

・なお、特に気になることがある場合は、
事前に担任までお知らせください。

*** 朝の健康チェックを、
おねがいします。**

- ・熱は何度ですか？
- ・前日、よく眠れましたか？
- ・せき ・鼻水は出てませんか？
- ・下痢や腹痛はありませんか？
- ・皮膚に異常はありませんか？
- ・目や耳の病気はありませんか？

*** こんな症状がある時は、
プールに入れません。**

- ・熱がある
- ・薬を飲んでいる
- ・せき ・鼻水 ・下痢や腹痛
- ・湿疹や傷が化膿(かのう)している
(とびひ、水いぼなどは主治医の許可を得る)
- ・目(結膜炎など) ・耳の病気(中耳炎、外耳炎)
- ・アタマジラミ



乳歯のときから大切に

永久歯に影響します

乳歯の下では、永久歯の準備が始まっています。

むし歯があると…

- * 歯並びが乱れ、永久歯が生えてくる場所が狭くなってしまいます。
- * 乳歯のすぐ下に生えている永久歯をキズつけてしまう可能性があります。

おいしく味わい、 栄養をとるために必要です



食べ物を消化し、栄養を吸収するとともに、おいしさを味わうために、よく噛んで食べることが大切です。

むし歯があると…

- * 食べ物をしっかり噛むことができません。
- * 食べることが、嫌いになってしまうことも …。



口の健康習慣を 身につける時期です

歯みがきなど、口の中の健康を守る習慣を身につける大切な時期です。

健康週間が身につけていないと…

- * むし歯や歯周病にかかりやすくなります。
- * ついてしまった習慣を、後になって変えることは簡単ではありません。