



令和2年6月8日発行  
東京自由保育園

# 6月のほけんだより

## 虫歯予防について考えよう

歯みがきの習慣が、むし歯予防の第一歩です。保育園では、そら組から個々のペースに合わせて、昼食後に歯みがきの練習を行っています。

食後はすぐに歯磨きをする事が、虫歯予防に一番効果的であると言われております。ご家庭でも、毎食後に歯磨きをする習慣をつけ、最後は大人が“仕上げ磨き”を行い、お子さんの歯の健康を保っていきましょう。

保育園では、6月4日に虫歯予防集会を行いました。また各年齢で、歯磨き指導も行っています。

やってみてどうだったかな？ぜひ子どもたちに聞いてみてください。



## 皮膚トラブルはありませんか

気温も高くジメジメする日増え、あせも・虫刺され・とびひが気になる夏が近づいてきました。夏は湿度が高い為、お肌のケアが必要ないと思われがちですが、夏は紫外線も強く、またクーラーや扇風機などの刺激で、肌のダメージを受けやすい季節です。

そんな夏で一番大切なのは、皮膚の清潔を保つ事です。1日に何度も石鹸を使用するのはかえって肌のバリア機能を失ってしまいます。

汗は擦らず濡れたタオルで拭くか、シャワーで汗を流し、皮膚を綺麗に保ってあげましょう。



## 6月の保健行事

- 9日(火) 歯磨き指導 (きいろ・みどり)
- 15日(月) 乳児身体測定
- 16日(火) 全園児健康診断  
幼児身体測定

きいろ組とみどり組は、歯の染め出しも行います。タオル・歯ブラシを必ずご持参ください。

## 全園児健康診断を行います

5月に予定していた全園児健康診断ですが、6月16日(火)に変更させていただきます。体調面で気になる事があれば、事前に相談ください。

当日は、着脱のしやすい服装で登園し、体調不良以外は可能な限り出席していただくよう、ご協力をお願いします。

## 平熱を教えてください

緊急事態宣言も解除され、登園するお子さんも、だんだんと増えてきました。

保育園での体調管理、状態の変化を把握する為、お子さんの平熱を教えてください。健康管理カードの右上に記入欄がありますので、そちらに記入がまだの方は、記入の上提出をお願いします。

また体調管理の為、引き続き登園前の検温もお願いいたします。

