

6月 ほけんだより



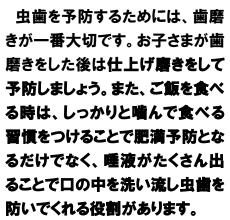
ナーサリーにじいろ♥まむ TEL0178(80)7088 令和6年6月1日発行

an financia de la companya de la co

梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は、急に暑くなったり肌寒い日があったりと体調を崩しがちです。バランスの良い食事や睡眠をしっかりとり、 衣服の調節などをして元気に過ごせるようにしましょう。



6月4日は虫歯予防デー





歯と口を健康に保つために

哺乳瓶虫歯に注意

1歳半を過ぎても寝る前に哺乳瓶でミルクや他の飲み物を飲ませ、歯磨きをせずに寝かせていると、上の前歯が虫歯になるリスクがかなり高くなってしまいます。お子さんの為にも、やめるようにしましょう。乳歯の虫歯は、永久歯にも影響があります。



歯並びの乱れや出っ歯や言葉の異常などを引き起こしやすいです。おしゃぶりがなくても機嫌よく過ごせる時は、つけずに親子の触れ合いを深めていきましょう。



梅雨の時期の注意点・・・



0 0 0

冬のウイルス性の食中毒(ノロウイルス)とは違い、梅雨から 9 月頃には細菌性の食中毒が多発します。 食中毒の予防 3 原則は

・付けない・増やさない・殺菌する 体調を崩したり、抵抗力が弱ってい るときも起こしやすいので気をつけま しょう。



雨の日は、傘をさすことで視界が悪くなり、事故の危険性が高くなります。また、雨で滑りやすく、転びやすくもなりますので十分に注意しましょう。安全運転で送迎をお願いします。

◇風邪

蒸し暑さから汗をかく事が増えますが、朝夕は寒く気温の変化で体調を崩しやすいです。汗をかいたらすぐに着替えさせ、寒くなったら上着を着せて体温調節をしましょう。

<お願い>

- ○衣服の名前が薄くなったり、記入がないものがありますので確認をお願いします。
- ○寒い時に着用することがありますので、薄手のジャンパー等を持たせてください。