



ほけんだより 6月号

令和8年6月1日
青物横丁えほん保育園

ジメジメとした梅雨の季節がやってきました。5月は胃腸炎が毎年流行しますが、今年は診断のつかない発熱症状が乳児クラスを中心に多数みられました。診断がついたものとしては溶連菌感染症、中耳炎のみでした。当園では診断に至っておりませんが、他園ではヒトメタニューモウイルスの感染がちらほらとみられているようです。気温が急に高くなったり、低くなったりと、天気の変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいですが、衣服を調節するなどして、元気に過ごせるようにしていきましょう。

虫歯予防デー

6月4日は虫歯予防デーです。虫歯を予防するためには、歯磨きが一番大切です。お子様が歯磨きをした後は仕上げ磨きを行い、虫歯を予防しましょう。また、ごはんを食べるときはしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることによって口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。

歯ブラシ選びの基準

歯ブラシは、毛が平らに揃っていて毛先が粗くない物を選びましょう。歯医者さんに相談して購入するのもいいですね。歯ブラシの毛先が広がってきたら新しいものに交換しましょう。



仕上げ磨きのポイント

●前歯磨きのコツ

- ・上唇小帯(唇と歯茎をつないでいるスジ)に歯ブラシが当たると、痛がって歯磨きを嫌がる原因になることがあります。上唇を持ち上げて歯と歯茎の境目が見えるようにし、歯ブラシを持っていない方の人差し指の腹で上唇小帯の部分の隠して磨いてあげましょう。
- ・授乳されているお子様は、上の前歯の裏側に乳汁が長い時間残留し、虫歯の原因となることがあるので、卒乳するまでは丁寧に磨くようにしましょう。

●奥歯磨きのコツ

- 奥歯は歯ブラシを奥から前に動かしましょう。奥歯のかみ合わせの溝に歯垢が残りやすく、虫歯に注意が必要な場所です。



虫刺され

小さい子どもほど強い反応がでる!!

虫刺されは2~6歳の子どもに多く、蚊、ハチ、ダニ、ブヨ、ムカデなど多いです。子どもの虫刺されは大人より症状がひどく、長引きやすいのが特徴です。蚊に刺されることを繰り返すと次第に免疫ができて体が慣れるため、小さい子どもほど強い反応が出ます。一方でハチやムカデは刺されているうちに抗体ができて、次に刺された時にアナフィラキシーを起こすことがあります。

予防

- 虫除け
- 主成分：ディート(10%前後)
- ・年齢制限あり
- (6か月未満の乳児は使用不可×)
- ・6か月から2歳未満は1日1回
- ・2歳~12歳未満は1日1~3回
- ・30%濃度のものは6~8時間有効
- 主成分：イカリジン
- ・年齢制限なし
- ・塗る回数に制限なし
- ・15%濃度のものは6~8時間有効

園での対応

蚊に刺されてしまい、痒みが生じた場合は、園に常備しているレスタミン軟膏を塗布させていただきます。

お家ケアのポイント

- ①石鹸などでよく洗って流水で流す。
- ②患部を冷やす。
- ③かゆみ止めの軟膏を塗る。
- ④尋麻疹、息苦しい、めまい、嘔吐などの全身症状を伴う場合には急いで受診!!

歯科検診のお知らせ

6月18日(木) 9:30~
第一回歯科検診を実施します。

お休みのないようご協力をお願い致します。
後日質問用紙を配布致しますので、
医師へ質問のある方はご記入いただき、
担任へご提出ください。