



# ほけんだより

文責 看護師 宮原博子  
H28.6.6

じめじめとしたお天気とは打って変わって、保育園には子ども達の元気な声が響き渡っています。湿度・温度ともに高くなり、お天気も変わりやすいこの時期は体調を崩しやすい時期でもあります。毎日のお子さまの様子の変化に気を配っていきましょう。



## 食中毒に気をつけて



食中毒は細菌や汚染された食品や水、食器、手指や便などからおこります。



保育園で子どもたちが使っている水筒やマグにもカビが見られることがあります。

洗剤を使わず「水だけでジャバジャバ洗う」はきちんと洗えていません。しっかりと汚れを落とすには、軟らかい水筒やボトル用のスポンジに食器用洗剤をつけてしっかりと洗うことです。同時にしっかりと乾燥させることが大切です。水から雑菌が繁殖してしまうからです。

またキャップなどのパッキンにカビが付いていたら、酸素系漂白剤で浸け置きするか、パッキンの買い替えをおすすめします。毎日使う水筒だからこそ、きっちりお手入れして安全安心に使いましょう



## 5月の感染症&内服状況

ひかり組	内服 3名
にじ組	内服 26名
そよかぜ組	内服 29名
3,4,5歳児	流行性耳下腺炎 1名 内服 21名

## つめが伸びていませんか??

つめが伸びていると、つめと指の間にバイ菌が繁殖しやすくなります。また子どもさんの皮膚を傷つけるだけでなくお友だちも傷つけることがあります。つめ切りが週末のご家庭の習慣になるといいですね!



## ずっと健康な歯のために

将来の歯の健康は、乳歯の時期から始まっている…。乳歯のむし歯を放っておくと、永久歯にも影響していきます。ご家庭でも食後の歯磨きの習慣としあげ磨きをお願いします。

## 正しく磨くためのポイント

- \* ブラシやグリップの形が小さめの歯ブラシを使う。
- \* 磨く面に直角にブラシを当てる。
- \* ブラシは軟らかい力で、出来るだけ細かく動かす。
- \* 1本1本磨くつもりで磨く。

