



ほけんだより 6月号

令和8年6月1日 第3号
キッドワールドセカンドこども園
園長：高木 良司
保健師：中村 深喜

梅雨の季節がやってきました。この時期は、天気が変わりやすく、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったりと体調を崩しやすいので、注意が必要です。衣服の調節には気を配るようにし、バランスの良い食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。



聴力検査をしました



5月11日から14日にかけて、3歳以上児クラスを対象に聴力検査を行いました。

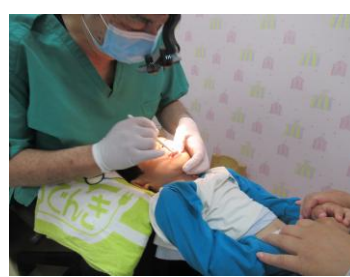
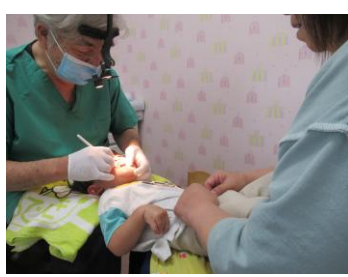
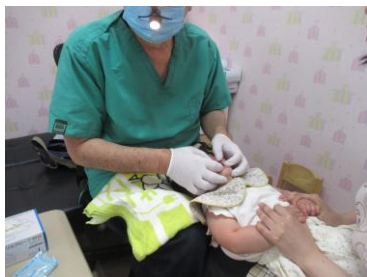
すもも組さんにとっては、初めての検査となりましたが、説明をしっかりと聞き、上手に検査をすることができました。オーディオメーターという機器を使用し、耳がよく聞こえているか、難聴がないかを調べました。この検査は簡易的なものになりますので、今回の結果に関わらず、聞こえに不安がある際には専門機関の受診をお勧めします。



歯科検診がありました



5月26日に歯科検診がありました。その様子を少しだけお見せします。



6月4日は虫歯予防デーです

虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。子どもたちが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べるときはしっかりと噛んで食べる習慣をつけましょう。食べ物をしっかりと噛むことで、唾液の洗浄効果で虫歯の予防効果が得られます。それだけでなく、よく噛んで早食いを防止することで肥満予防となります。さらに、あごをたくさん動かす刺激で脳を活性化することができます。

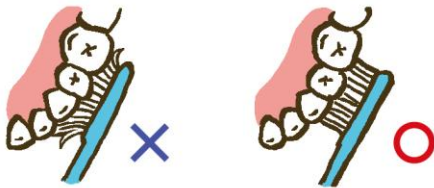
年に一度の虫歯予防デーです。自分の歯の健康について考えてみるのも良いですね。

知ってる？ 歯みがきのNGポイント

NG

みがくときの力(ブラッシング圧)が強すぎる

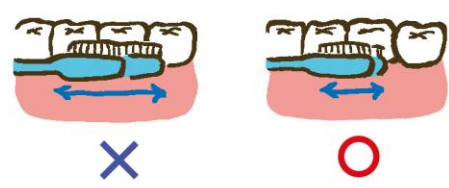
→歯や歯肉を傷つけるので、歯ブラシの毛先が広がらない程度の「軽い力」でみがこう



NG

歯ブラシを大きく動かしすぎる

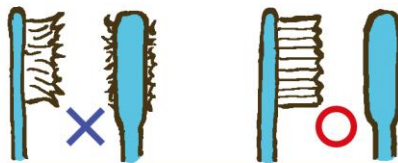
→みがき残しが多くなるので、1〜2本分ずつ小さく動かしみがこう



NG

毛先の開いた歯ブラシを使っている

→歯垢の除去率が下がるので、歯ブラシを後ろから見て毛先がはみ出してきたら新品と交換しよう

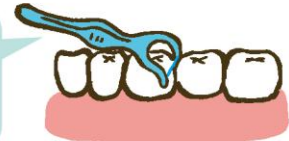


NG

歯ブラシだけで終わらせている

→歯と歯の間は歯ブラシだけではみがけないので、デンタルフロスも併用しよう

使い慣れていない人には持ち手のあるタイプがおすすめ!



こんなところが
みがきにくい!



利き手側

歯並びが
悪いところ

前歯の裏



※はみがき指導のお知らせ

6月18日(木)にすもも組・かりん組・れもん組の子どもたちを対象に「はみがき指導」を行います。すもも組さんはその日までに歯ブラシセットのご準備をお願いします。

お知らせ

●身体計測週間

6月8日(月)〜12日(金)

→すもも組、かりん組、れもん組

6月15日(月)〜19日(金)

→いちご組、あんず組、きうい組

●健康診断

6月29日(月)

→かりん組、れもん組

30日(火)

→いちご組、あんず組、きうい組、すもも組

●1歳6か月児健康診査対象児

令和6年8月生まれ

●3歳5か月児健康診査対象児

令和4年10月生まれ

●5歳児健康診査アンケート送付対象児

令和3年11月生まれ

※忘れずに受診しましょう