



# ほけんだより 6月

令和6年6月 白鳥保育園 看護師

6/4は虫歯予防デー。家族でデンタルフェアに参加したり、お口の健康について考えてみるのもいいですね！歯はエナメル質で覆われていますが、乳歯は永久歯に比べてエナメル質が薄く虫歯になりやすく、永久歯の健康にも影響してきます。小さい頃から歯磨きの習慣をつけて歯を守りましょう♪

## 歯みがき

### 0歳1歳 歯みがきの準備

歯が生え始めたら、大人が短時間で寝かせみがきを開始。歯ブラシに興味をもち、自分でくわえているときは事故のないようしっかり見ててください。

### 2歳 保護者がみがく

自分でやりたがる時期。必ず保護者が見ているところでみがかせ、その後保護者が仕上げ用ブラシで寝かせみがきをしてください。

### いやがるときは…… 1



かわいコップや歯ブラシを、自分で選ばせる。

### いやがるときは…… 2



### 3~4歳 自分でみがく練習

歯ブラシの握り方や正しい動かし方を教えながら、自分でみがく練習をしていきます。まだまだ保護者の仕上げが必要です。

### 5歳 自分でみがく+仕上げ

一人でかなり上手にみがけるようになりますが、奥歯に永久歯（6歳臼歯）も生えてくる時期。保護者の仕上げみがきは大切です。

### ★お知らせ★

6月12日（水）14：00～ 歯科健診

6月19日（水）13：30～ 内科健診

\* 体調不良以外のお休みや早退がないように、調整をお願いします。

5月の感染症  
RSウイルス感染症（分園4名）  
ヘルパンギーナ（分園4名）  
ウイルス性胃腸炎（本園3名、分園3名）  
下痢・嘔吐（分園6名）  
新型コロナウイルス（本園4名）

## 7月より水遊びが始まります！

皮膚 水いぼ しょう！！



皮膚にウイルスが感染してできる小さな白いいぼです。痛みはありませんが、気になってかき壊したりして、中の液が飛散すると、ほかの部位にも広がります。近年は積極的な治療を行わ

### とびひ

皮膚をかきむしって傷ができたところに細菌が感染して、じくじくした湿疹ができます。感染力が強いうえに、かゆみがひどく、かいた手で触れた体のほかの部分にも広がっていきます。皮膚科や小児科を受診し、抗生剤 入りの塗り薬などできちんと治療しましょう。虫刺されがひどい場合にも、病院での相談をお勧めします。

どちらも、液が出ている場合は水遊びに参加できません。接触で他の子に感染させやすいため、注意が