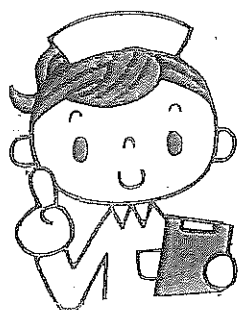


健康だより

2025 年度 6 月
ともしび保育園

日中暑くなることが多く、強い日差しがさらに暑く感じます。暑くない始めも熱中症も危険があります。毎日かるく汗をかくくらいからだを動かしたり、湯ぶねにつかる、冷房は設定温度を高めにするなど、少しずつ暑さに慣れていきましょう。

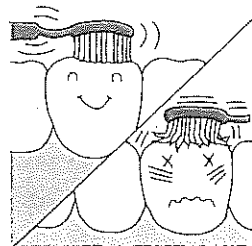


江東区では、
溶連菌感染症、感染性胃腸炎が流行っています。

<じょうずにはみがきできているかな？>

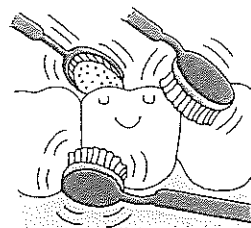
★ポイントは…

- ・毛先が広がらない程度の強さでみがく
- ・小刻みに動かして1本ずつみがく



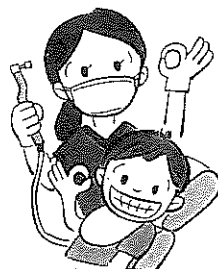
★注意してみがきたいところは…

- ・歯と歯ぐきのさかいめ
- ・奥歯のみぞ
- ・歯が抜けているところ
- ・歯と歯の間
- ・生えかけの歯



★歯医者さんは、治療のためだけではなく、健康な歯を保つために行く場所です！

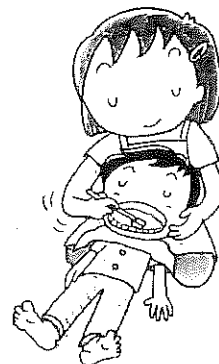
- ・トラブルチェック
- ・セルフケアのチェックやはみがき指導
- ・専門的なクリーニング



★仕上げみがきはとっても大事です！

ひとりできれいにみがくのは難しいです。

自分でやりたい！という気持ちを大切にしながら、最後は仕上げみがきでしっかり汚れを落としましょう。



<水遊びが始まる前に～皮膚の病気>

★とびひ

治るまでは入れません。

★水いぼ

プールに入っても大丈夫です。タオルや遊具を介してうつることがあるので注意が必要のため、早めの皮膚科への受診をお勧めします。
また、プールに入る際はラッシュガードなどで患部の露出を避けるようお願いします。

★きず

かさぶたになっている場合はプールに入れますが、
じくじくしている場合はプールには入れません。

どうしてもいかに迷うときは、担任や看護師にお声かけください。
みんなで楽しくプール遊びができるようにご協力をお願いします。

