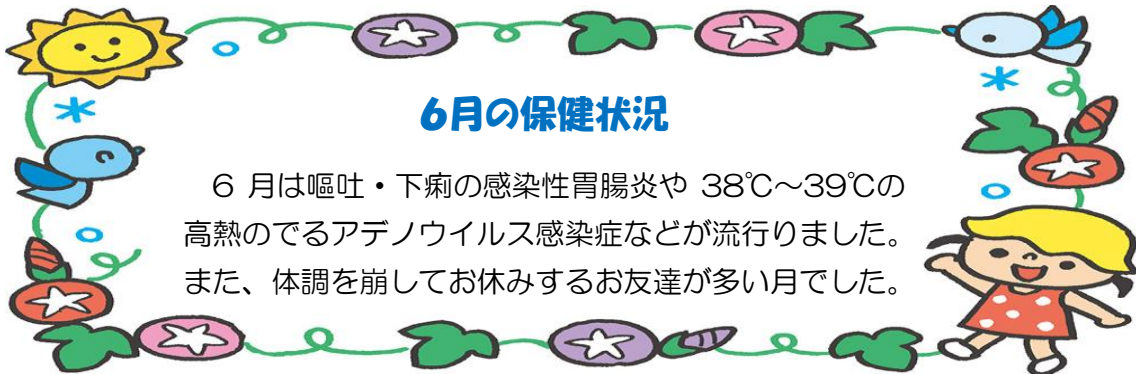


7月 保健だより

令和4年7月1日
竜王西保育園

梅雨が明けると、夏本番になります。夏の強い日差しや高温多湿の気候は、子どもの体に大きな負担になります。こまめな水分補給を促し、気温や体調管理に十分に注意して、暑い夏をのりきりましょう。



6月の保健状況

6月は嘔吐・下痢の感染性胃腸炎や 38℃～39℃の高熱のでるアデノウイルス感染症などが流行りました。また、体調を崩してお休みするお友達が多い月でした。



歯科検診の結果



クラスごと、むし歯、歯垢、歯肉炎、不正咬合の人数を表に示してあります。年齢とともに虫歯の数が増えています。また、以上児クラスの半数以上に歯垢があることがわかりました。歯垢や歯肉炎を放置すると虫歯になりますが、ハミガキで防げます。**仕上げ磨きの習慣をつけましょう。**

仕上げ磨きを嫌がってできないような時は、歯医者さんに相談してみましょう。虫歯がなくても、2歳から3歳までに定期的な受診をしていくことをおすすめします。

クラス	むし歯	歯垢	歯肉炎	不正咬合
つぼみ1	0人	7人	1人	4人
つぼみ2	2人	13人	7人	4人
すみれ	6人	13人	4人	5人
さくら	9人	15人	11人	2人
ひまわり	11人	15人	8人	4人



仕上げ磨きのポイント

上奥歯を磨くときは、大人の指を口の中に入れて、奥歯の頬側がしっかりと見える状態にして磨きましょう

日射病 熱射病に 注意

外で強い日ざしにさらされて起こるのが日射病、蒸し暑い所に長時間いて起こるのが熱射病。総称して熱中症といいます。

予防のポイント♪



炎天下であそばない
日差しが強いのは、午前10時ごろ～午後2時ごろ。この時間帯の外あそびは30分ほどで切り上げて。

ベビーカーは短時間で
ベビーカーは、アスファルトの照り返しで熱がこもりやす。長時間の移動は避けましょう。

外と家との温度差に注意
涼しい室内から急に気温の高い外に出ると、体力が奪われて危険です。

子どもを一人にしない
子どもを車や部屋に一人で残さないで。クーラーをつけていても危険です。

つばの広い帽子をかぶる
頭だけでなく、後頭部や首も、日光から守りましょう。

こまめな水分補給
少量の水分を30分を目安に、こまめに飲ませます。

内科検診の結果

内科健診では、特に異常のあるお子さんはいませんでした。丈夫な体作りは、子どものころからの習慣が大切です。おやつやジュースなどを食べ過ぎていませんか？
しっかり噛んで食べていますか？
夜遅くに食べていませんか？
日ごろの食生活を一度見直してみましょう。