



6月 ほけんだより

2023/6
発行

000

梅雨に美しく彩りを添えてくれるあじさいは、育つ土の性質によって色が 変わる不思議な植物です。酸性の土だと青、アルカリ性の土だと赤色になるのだそうです。今度見かけたら、ちょっと注目してみてください。雨に濡れたキレイなあじさいや優しい雨音、雨上がりの虹。ゆううつな雨の日も、楽しみをつくと心晴れやかに過ごせるかもしれません。ぜひ、今だけの素敵な場面を探しながら過ごしてみてください。

With コロナ・口腔ケアで感染予防

歯と口の健康週間（6月4日から6月10日）

・『食べる』

しっかり噛めるとおいしく食べることができ、栄養の吸収も良くなります。

・『話す』

歯がそろっていると唾液が良く出て、明瞭な発語で会話を楽しめます。

・『表情を作る』

よく噛むこと、楽しく話すことはお口の周りの筋トレにもなり、若々しい表情になります。

生え変わるけど・・・やっぱり乳歯だって虫歯になったら大変！！

子どもたちの歯はいずれ永久歯に生え変わりますが、乳歯のむし歯と永久歯のぬし歯には強い関連が認められています。乳歯だからと言って油断はできません。また、乳幼児期は歯・口清掃や食習慣などの基本的歯科保健習慣を身に付ける時期として非常に重要であり、生涯を通じた歯の健康づくりに対す効果も高いと言われています。

健診のお知らせ

○眼科健診 13時～

（欠席時：13時～13時15分までにお越しください）

○耳鼻科健診 9時30分～

（欠席時：9時30分から10時までにお越しください）

6月の健診の日程が決まりました。

当日欠席の場合は、健診のみ受けることも可能です。早めに担任の方までお知らせください。欠席の場合は後日、保護者の方にいただき受診結果の提出をお願いしています。

こんなにある「よく噛む」ことの効用



ひみこのはがい〜せ!

むし歯にならないために！

1. 食べたらすぐに歯磨きをしましょう
 2. だらだら食いはやめましょう
 3. 砂糖量の少ないものを食べましょう
- 冷凍ピザ、惣菜、スポーツドリンク等一見そうは見えないものにも実は沢山使われています。

新型コロナウイルス感染症！With コロナ！

感染症分類が5類と引き下げになり、三鷹市より5月10日に「デンショバト」でお知らせが届いたかと思いますが、再度、お知らせ致します。

●登園の目安

発症日から 5日を経過し（発症日を0日とする） かつ 症状軽快後1日を経過するまでは登園を控えてください。

期間終了後、登園を再開する際は、医師の判断を受けて保護者記入の「登園届」を提出してください。 場合によっては医師記入の「意見書」を求める場合もあります。