



宮島わらべ保育園

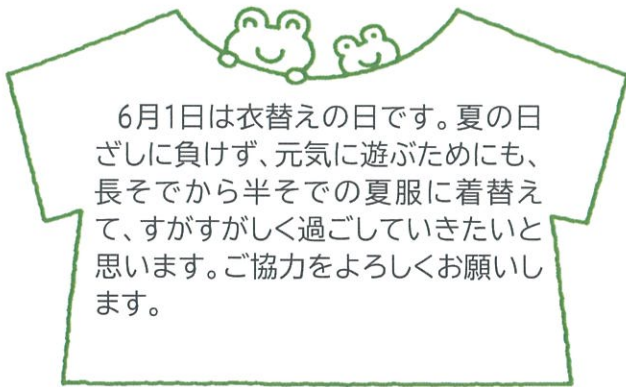
令和5年6月1日

No.1



6月 ほけんだよい

梅雨の時期を迎え、かえるやかたつむりは雨が降のを待っているようです。花や緑の木にも水の栄養が必要です。この時期は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がちです。バランスの良い食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごせるようにしていきましょう！



6月1日は衣替えの日です。夏の日ざしに負けず、元気に遊ぶためにも、長そでから半そでの夏服に着替えて、すがすがしく過ごしていきたいと思えます。ご協力をよろしくお願い致します。

！熱中症に注意！



熱中症は晴れている暑い日だけでなく、曇りや雨の日でも注意が必要です。熱中症を起こしやすい条件として、湿度が高い・温度が高いなどがあります。梅雨の時期は気温も高く湿度も高いので注意が必要です。十分な水分補給や熱を外へ逃がしやすい恰好をするようにしましょう！

虫歯予防

6月4日は虫歯予防デーです。この日から1週間を歯と口の健康週間といいます。乳歯が虫歯になると、歯並びにも影響が出てくる場合があります。使っている歯ブラシの毛の部分が広がっていないか見直して、毎食後の歯みがきを、家族みんなで心がけていきましょう。

歯の役目

歯の役割には、食べ物をかむ、発音を助けるなどがあります。虫歯が多かったり歯並びが悪かったりすると、大人になってから顔の形に影響してきます。歯が悪いと、頭が痛くなったり姿勢が悪くなったりすることがあります。歯に関する異常の早期発見のため、園では歯科検診を予定しています。

《歯科検診》

6月6日(火)9:30~

《内科健診/乳児健診》

6月16日(金)13:00~

※なるべく欠席のないようにお願いします

※欠席の場合は個別で受診となります



夏を健康で楽しく過ごすために！

夏の病気は飛沫感染に加えて、目やにやとびひなどのような浸出液から感染することも多いのが特徴です。お子様の体調の変化に早めに気づき、病気の特徴が少しでも見られたら早めに受診をしましょう。

