



ほけんたより No2

令和3年5月31日
保健衛生

この時期、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、睡眠、運動には十分気をつけ健康な体を作りましょう。

歯と口の健康週間

6月4日～6月10日

桃の木保育園では、4才児かなりや組・5才児つばめ組で、週2回歯科医の指導の下（比企歯科医師会医・はあと歯科）、フッ化物洗口を行っています。ホームページに記載されておりますのでご覧下さい。

「お口、クチュクチュ」頑張っています。

6月10日（木）

園委託医はあと歯科による歯科検診です。
お休みのないようにしましょう。



○食中毒

気温や湿度が高くなるこの時期、食中毒予防の三原則を守りましょう。

- ①「付けない」 菌を他の食品に付着させない。
- ②「増やさない」 冷蔵庫は10℃以下
冷凍庫はマイナス15℃以下
長時間にわたる保存は避けましょう。
- ③「細菌・消毒」 多くの細菌は、75℃以上1分以上加熱する事で死滅します。十分な加熱調理をしましょう。