



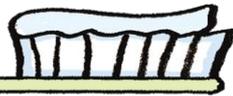
# 6月 ほけんだより

令和6年

5月31日

梅雨の季節がやってきました。天気が変わりやすいこの時期は体調を崩しやすいので、十分に注意が必要です。衣服調整を行いながら生活リズムを整えて行きましょう。

## 6月4日は虫歯予防デー



食べ物を食べると、口の中にかすが残ります。虫歯を予防するにはやはり歯磨きが一番です。お子様が歯磨きをした後は、膝の上に頭を乗せ寝かせ磨きを行いましょう。特に奥歯、歯と歯の間、歯の裏は丁寧に優しくブラッシングしてあげてください。



### こんな環境が虫歯になりやすい！

- 冷蔵庫にいつもジュース、乳酸飲料がいてある
- おやつは、歯につきやすいスナック菓子が多い
- 車の中でいつもおとなしくなるからと言って甘いお菓子をあげてしまう。
- 時間を決めないでダラダラ食いが多い

### 【予防対策しましょう。】

●食事は時間を決め良く噛んで食べお口の中で唾液をたくさん作りましょう。肥満予防にもなりますし口の中を洗い流してくれます。「食べたら磨く」を基本に元気な歯を作りましょう。



## 【園内消毒のお知らせ】

各保育室・給食室の園内消毒一斉清掃を実施致します。

日時 令和6年6月1日（土）午後13時30分より

3日(月)音楽室・太鼓小屋 7日(金)ホールも行います。



※当保育園ではお子様が、快適に園生活が送れるように定期的に園内消毒を行っております。

