



ほけんだより 6月号

梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は、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やすいので十分に注意が必要です。衣服の調節には、いつも以上に気を配るようにしましょう。

虫歯予防デー



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることによって口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



健診のお知らせ

- 6 / (火) 内科検診 12時半頃より
医師 上甲医院
- 6 / (水) 歯科検診 11時～12時
医師 小林歯科



虫除け対策

子どもは皮膚の抵抗力が弱いので、虫刺されが原因で、とびひなどの皮膚病になってしまうことがあります。網戸に虫除けスプレーをしたり虫の嫌う香りのローズマリーの鉢を置いたり、虫除けパッチやリストバンドを身に着けさせるなど、ご家庭でも簡単にできる虫除け対策を行きましょう。

また、1～5歳の園児に対しては、保育園で用意した刺激の少ない虫除けスプレーを使用します。(サラテクト) 0歳の園児、アレルギーをお持ちの方には、ご家庭で準備をお願いします。そちらを持参していただき使用させていただきます。

虫よけスプレーについて

市販の多くの虫除けスプレーには昆虫忌避剤として、「ディート」という成分が使われているのをご存知でしょうか。

ディートは忌避剤としてはとても効力を発揮し、効果も長持ちするとされ、人体への影響はないとされています。

が、実は重度の神経障害や皮膚炎を引き起こすことも分かっています。そこで、ひまわり保育園では下記の通りを目安に使用しています。

以下の回数を目安に!顔には使用しない!

*1歳- 2歳未満 : 1日1回以内。

*2歳～ : 1日3回以内。

紫外線対策

一昔前は、太陽の光を浴びて日焼けをするのは健康によいとされてきましたが、現在では過度の紫外線を浴びると肌に悪影響を及ぼすことが認知されてきています。屋外で遊ぶ機会の多い子どもにこそ、紫外線対策が大切です。

日焼け予防のお願い

普段から帽子をかぶる習慣を付けたり、日差しの強い季節はUVクリームを塗り、UV加工を施した服を着用するなどの対策をお願いします。朝は、UVクリームの塗布を保護者さんをお願いします。

園では、パラソル、シェード等で日よけ対策をしています。

