



ほけんだより



緑丘保育園

あじさいの英語名は「ハイドランジア」、水の器 という意味です。たっぷりの水を蓄えていることが 由来だそうですよ。でも、大きな葉っぱがたくさん あるので、乾いてしまうと元気がなくなります。だから、雨の時期にうれしそうに咲くのですね。 雨が続くと気持ちが下を向いてしまいがちですが、植物にとっては大切な雨。元気に乗り切りましょう。



5月の病欠欠席状況

熱…6日/4人 昨日熱…3日/3人 咳・鼻水…7日/6人

大事を取って…6日/5人



6月4日～10日

歯と口の健康週間



「くわえたまま」絶対にダメ!



- ⚠ ベッドの上で遊んでいて (2歳)
- ⚠ 兄弟とじゃれあっていて (3歳)
- ⚠ 仕上げみがきのため移動しようとして (5歳)

…どれも、日常の光景のようですが、違っていたのは「歯ブラシをくわえたまま」だったこと。のどの奥に刺さった、頸動脈の損傷など、集中治療・長期入院が必要な大きな事故につながってしまいました。

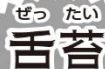
歯を守るための習慣が思わぬ事故にならないように、お子さんが歯みがきをするときは「座らせて」「必ずそばで見守る」ようにしてください。

そして、もう一つ。おうちの方も、歯ブラシをくわえたまま移動することは絶対にやめてください。家族みんなで、のどつき事故を防ぎましょう。



あれ? もしかして、くち臭い…?

それ、**舌苔**のせいかも



舌をベーツとしてみてください。きれいなピンク色ですか? もし黄色っぽいものがついていたら、「舌苔」がたまっています。

舌苔は、口の粘膜の細胞がはがれ落ちて舌にたまり、腐敗したものです。なんと、口臭の原因の60%がこの舌苔なのです。

口臭を防ぐために、歯みがきと一緒に舌苔も掃除しましょう。

舌苔掃除のポイント

- ① 一番たまっているのは朝起きたとき。朝の歯みがきで掃除しましょう。
- ② 専用のブラシを使うと効果的! 口を大きく開けて「あっかんべー」し、ブラシで奥から手前に、なでるように掃除します。舌の粘膜を傷つけないように“やさしく”を心がけて。

きれいな舌&フレッシュな息で自信を持って学校生活を送りましょう!



今月のよてい

6月9日(木)9時～全園児歯科検診/6月16日(木)PM 幼児前期全園児検診