



ほけんだより

きらら保育園

平成29年6月1日

木々の緑が日ごとに鮮やかさを増し、日差しは夏に近づいてきました。梅雨の季節を迎えると蒸し暑くなったり、朝晩に気温が下がったりと体調を崩しやすい季節になります。また体だけでなく、食べ物にも影響が出やすいこの時期は衛生面での注意も必要です。家庭や保育園で健康な毎日が送れるように、気をつけていきましょう。

歯科検診が終わりました

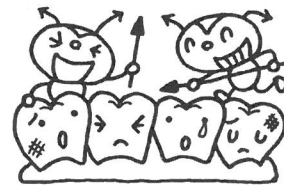
各クラスの検診結果は以下のとおりです。

虫歯保有者（治療が終わっている子は入っていません）

- 0歳児クラス…0名（10人中）
- 1歳児クラス…0名（12人中）
- 2歳児クラス…2名（14人中）
- 3歳児クラス…2名（16人中）
- 4歳児クラス…11名（19人中）
- 5歳児クラス…6名（17人中）

虫歯が見つかった子にはお知らせを配布しています。

虫歯は治療しなければ悪くなくても自然に治ることはありませんし、永久歯への生え変わりにも影響します。また、幼い頃から「歯は大切だ。」と思う気持ちを持たせたり、歯を大切にする習慣を身につける事は、将来の健康につながる大切な事です。虫歯のあるお子様は早めに治療しましょう。



虫歯にならないためには

★虫歯菌を減らす(歯をみがく)

虫歯の出来やすい歯と歯の間も歯間ブラシ等を使用し、きちんとみがきましょう。また最後の仕上げはご家族が確認しましょう。

★歯の質を強くする

カルシウムやリンは歯を強くします。小魚や乳製品などのカルシウムやリンを多く含む物を食べましょう。

★よく噛む

よく噛むことによって、唾液の分泌が盛んになり、虫歯菌が増えやすい酸性になった口の中を中性に戻します。

