



# なかうちだのぞみだより

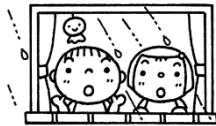
梅雨の季節に入り、園庭のアジサイも可愛いピンク色の花を咲かせています。気温も湿度も上がってくるこの時期は、子どもたちも思った以上に体力を使い疲れが出やすく体調を崩したりします。ご飯をしっかり食べて、早く寝ることが元気に過ごす秘訣です！

室内で過ごす時間が長くなりますが、子どもたちが体を動かして遊べるよう工夫して楽しく梅雨を乗り切りたいと思います。



## 今月の予定

- 13日(火) 歯科検診
- 15～16日(木金) 身体測定
- 23日(金) 避難訓練
- 28日(水) お楽しみ会



※歯科検診の結果は『健康記録表』にてお知らせします。治療が必要な場合は、早めに受診をしましょう。また、当日欠席をされた場合は、個別での受診をお願いします。

## 7月の予定

- 6日(木) 七夕会
- 13～14日(木金) 身体測定
- 21日(金) 避難訓練
- 26日(水) お楽しみ会



## ミニ保健だより

### ～あせも・とびひ～



これからの時期に注意したい代表的な皮膚疾患が「あせも・とびひ」です。あせもは、汗をかきやすい首回り脇の下、背中、おむつ部分などにできやすく、悪化させると、とびひ(伝染性膿痂疹)になる恐れがあります。とびひは、感染力が強く、傷を掻いた手で他のところを触っていくとどんどん広がっていきます。とびひになってしまった場合は、ガーゼや包帯で患部を覆って登園しましょう。(絆創膏は通気性が悪く適していません)

また、完治するまでは、プールに入ることは出来ません。

広がってしまう前に早めに受診するなど、治療をしておきましょう。



## 『6/4 は虫歯予防デー』

### ～ 歯と口を守る生活習慣 ～

- よく噛んで唾液を出す
- 「ダラダラ食べ」をしない
- 歯みがきは「毎食後+寝る前」
- 免疫力を高める  
(体を動かす、ぐっすり眠るなど)
- 甘いものを控える
- 生活リズムを整える

### ～ お願い ～

天候や気温により、沐浴や泥んこ遊びなど水を使った遊びを行いますので『登降園確認表』の“沐浴”“水遊び欄”への○×の記入を忘れずにお願いします。

※記入を忘れた場合は、沐浴(シャワー)も水遊びも出来なくなってしまいますので、ご注意ください。

※ 今月から、誕生日の紹介を「園だより」ではなく、毎月のドキュメンテーション(写真掲示)にて掲載させていただきますので、ご承知おきください。