

# ほけんだより 7月号



令和4年7月4日  
野上あゆみ保育



## つくし組のブラッシング

つくし組は、歯磨きが上手に出来る年齢ではありませんが、自分の歯を磨くきっかけになればと思います。自分で歯磨きをし慣れている子は上手な歯ブラシ使いをしていました。自分の身体をきれいにするのは気持ちが良いと感じて欲しいです。

自分で磨くより仕上げ磨きが必要な年齢です。慌ただしい毎日ですが、子どもの仕上げ磨きは小学校の高学年になるまで続けてくださいね

蒸し暑い日が続いています。保育園では水遊びやプール遊びが始まります。水の事故に注意しながら元気に過ごしたいです。

## 熱中症に注意！

この時期は熱中症にも注意が必要です。  
子どもは体温調節機能が十分に発達していないため、大人よりも熱中症リスクが高いです。大人も子どもも、熱中症に気を付けて夏の暑さを乗り越えましょう。



こまめな水分補給



バランスよく食べる



十分な睡眠



帽子をかぶる



涼しい場所で休憩する

- のどが渇いていなくても、水分補給をしましょう。
- 体調が悪い時は無理せず休むことをおすすめします。

子どもは自分でうまく SOS を出せなかったり、自分でも気が付かないうちに熱中症になっていたりしますので、注意が必要です。



屋内でも熱中症に気をつけて



2・3・4・5・歳児クラスで歯科検診しました。2歳児クラスの子どもでも嫌がることなく大きな口を開けていましたよ。

『将来の歯並びをよくするためにも、食事はよく噛んで食べるようにしましょう』と園医の阿賀医師が教えてくれました。

