



# 病後児保育だより



聖隷こども園わかば

2024年6月号

清々しく気持ちの良い風の季節から、少しずつ暑さを感じるようになりました。これから雨の日も徐々に増えてくるかと思えます。天候の変わり目は体調も崩しやすくなりますので、肌寒い時は一枚はおるなど、衣服で調節するのもひとつの方法です。体調管理に気をつけて天気の良い日には元気に外で遊びたいですね。

## 病後児保育室、よくある質問お答えします



### Q 何日位続けて利用できるの？

A 「医師の連絡票」の発行日を含めた7日間です。もし月曜日に書いてもらった場合、次の月曜日は8日目になるので、もう一度書いてもらう必要があります。なかなか治らない時や、違う症状が出てきた時は心配ですので、再度の受診をお勧めします。



## 6月4日はむし歯予防の日

歯の役割は食べ物を噛み砕き、唾液の出をよくして消化しやすい状態にすることです。噛むことで舌の使い方を覚え、顔の周りやあごの筋肉を発達させて、ことばの発達に繋がっていきます。

### ★乳歯はいつからお手入れするの？

歯が生え始めたら始めましょう。



### ★歯の状態に合わせたお手入れのポイント

乳歯 1~2 本…まずは慣れさせます。濡らしたガーゼ等で拭いたりします。

機嫌のよい時から始めて習慣にしましょう。

乳歯 7~8 本…離乳食後、歯ブラシで磨きます。楽しい雰囲気ですら終わったら褒めてあげましょう。

嫌がる時は簡単に済ませ、機嫌がよい時に丁寧に行いましょう。

奥歯が生えてきたら…歯と歯茎の堺、前歯と前歯の間、奥歯の溝などの汚れが残りやすい所をしっかり磨きます。

寝る前の仕上げ磨きを習慣にしましょう。

危ないので歯ブラシを持たせたら目を離さないようにしましょう。

6 歳臼歯が生えたら…6 歳臼歯を意識して磨きます。

### 歯磨きのコツ

上唇の裏にあるひだに歯ブラシが当たると痛がる原因になります。上の前歯はそのひだに当たらないように人差し指でガードしながら磨きます。歯ブラシは軽く小刻みに動かしましょう。

奥歯は人差し指で頬をふくらませて磨きます。

歯ブラシのヘッドで奥をつつかないように注意しましょう。

小学校 3 年生までは仕上げ磨きをしてあげましょう。

