



# ほけんだより

令和7年6月  
つぼみ保育園  
保健室 伏山仁美



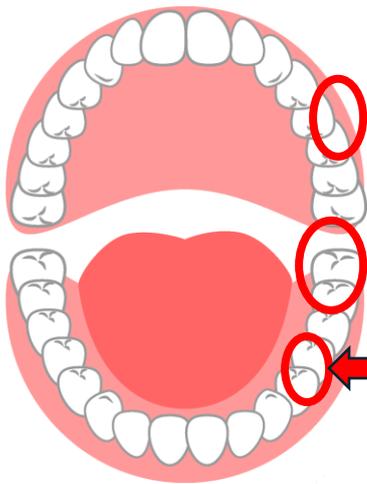
梅雨の季節が始まりそうですね。湿度が高くじめじめして暑く感じたり、肌寒くなったりと体調を崩しやすい時期です。こまめな水分補給や室内の温度調節、衣服の調節にも気を配り、子どもたちが気持ちよく過ごせるように心がけていきたいと思います。また、睡眠と栄養をしっかりと摂って生活リズムを整え、これからやってくる暑い夏に向けて体調を整えていきましょう。

6月4日～6月10日

## 歯と口の健康習慣



虫歯予防デーは、日本歯科医師会が『6(む)と4(し)』にちなんで始めたもので、現在は6月4日～6月10日までを『歯と口の健康習慣』としています。歯と口の健康に関する正しい知識を普及させて、正しい歯磨きなどの習慣を定着させることと、虫歯の早期発見・早期治療の徹底が『歯と口の健康習慣』の目的とされています。



歯と歯肉の境目

奥歯の溝の部分

歯と歯の間

○ ⇨ 虫歯になりやすいところ

※歯と歯の間は、歯ブラシでは汚れが取れにくいので、フロスなどを使用してみがきましょう。

※フッ素入りの歯磨き粉には、初期の虫歯を元の状態に回復させる働きがあります。また、細菌の働きを弱め、歯の質を強くする効果があります。虫歯予防におすすめです。



乳歯の虫歯を放置すると、永久歯の色や形、歯並びに影響が出ることがあります。

歯科検診終了後に検診結果をお渡しします。虫歯がある場合は、早めに受診しましょう。



# おしらせ!

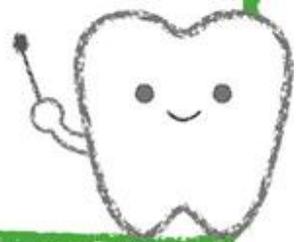
## 全園児歯科検診

6月6日(金)たけのこ・まつぼっくり・くすのき

6月13日(金)たんぽぽ・くるみ・しいのみ

※当日病欠以外の方は、できるだけ登園のご協力をお願いします。

※午前中に検診を行います。朝食後、歯磨きをお願いします。



6月5日にくすのきさん対象にプールを始める前に、絵本の読み聞かせなどを通して、からだのお約束について保健指導を行いたいと思います。



～からだのお約束～ とは、

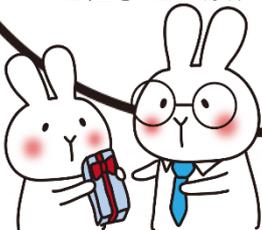
からだの特別大事なところ(プライベートゾーン)は、見るのも触るのも自分だけ。みんなの前では触らないよ。家族でも友達でも先生でも、じろじろ見たり触ったりしないよ。嫌な時は嫌って言っていいんだよ。

保育園の間は男女で一緒にお着替えをしたりしますが、小学校に入ると、男女別々にお着替えになりますね。そういう導入も含めて、お話しできたらなと思っています。

何かお困りごとがあれば、ご相談ください。

## FATHER'S DAY

今年の父の日は、6月15日。母の日が終わったと思ったら、あっという間に1か月。早いですね…。  
お迎えにくるお父さんたちも最近が多く見られますね。育児に仕事にお疲れ様です。



## プライベートゾーンについて

## 6月の保健予定

- 2日(月) たんぽぽ身体測定
- 3日(火) たけのこ身体測定
- 尿検査提出日**
- この日に提出できるようにご協力をお願いします。**
- 4日(水) くるみ身体測定
- 5日(木) プライベートゾーンの話(くすのき)
- 6日(金) 歯科検診
- たけのこ・まつぼっくり・くすのき
- 9日(月) まつぼっくり身体測定
- 尿検査提出予備日**
- 10日(火) しいのみ身体測定
- 12日(木) くすのき身体測定
- 13日(金) 歯科検診
- たんぽぽ・くるみ・しいのみ
- 24日(月) くすのき視力検査
- 27日(金) 園医健診

## 5月の感染症情報

- ・嘔吐・下痢 9名
- ・溶連菌 4名
- ・突発性発疹 1名