



6月のほけんだより

令和8年5月29日

しんあい保育園

暑い日が続くようになり、熱中症が気になりますね。体が暑さに慣れていないので、気温が上がった日は特に注意が必要です。のどが渇いていなくても水分をこまめに摂取しましょう。



【内科検診のお知らせ】

日時：6月3日（水）9:30～
場所：支援センター（ちゅんちゅん）
医師：みらいえこどもと家族のクリニック 野口先生
対象：全園児

***お休みした場合、後日みらいえこどもと家族のクリニックに受診して頂きます。**



歯科検診のお知らせ

日時：6月11日（木）10:00～
場所：支援センター（ちゅんちゅん）
医師：長尾歯科 長尾先生
対象：全園児

***朝食後の歯磨きをお願いします。**
***お休みした場合、後日長尾歯科に受診して頂きます。**
***ぶどう組・ばなな組は5月よりフッ素洗口を始めました。**



6月4日はむし歯予防デー

食事中同じ方ばかりで噛んでいませんか？いつまでも飲み込まなかったり、噛まないで丸呑みしたりしていませんか？そんな時はもしかすると虫歯かもしれません。虫歯があるとこのような様子が見られることがあります。もし気になるようなら歯医者さんに相談してみましょう。

はしかがはやっています！

かぜのような症状から始まり、2～3日高熱が続きます。熱はいったん下がりますが、再び40℃前後まで熱が上がると、全身に発しんがでます。「はしかかな？」と思ったら、早めに医師の診断を受けましょう。予防接種を受けるのが最も効果的です。生後1年から接種可能なので、積極的に受けるようにしましょう。



予防接種は1歳過ぎに1回、就学前の1年間に1回受けるのが基本です。

水分補給について

大人の体は7割近くが水分です。乳幼児はさらにその割合が増え、生まれたばかりの乳児だと、なんと8割近くになります。その分失われる水分も多く、こまめな水分補給が必要になります。一度に大量を与えるのは避けて、コップ1杯程度の量をこまめに与えましょう。病気にかかっていなければ白湯や麦茶がよいです。糖分の多いジュースや消化に時間がかかる牛乳は水分補給には適しません。

