

ほけんだより 11月号

岸部保育園保健室

11月12日(112) いい皮膚を守ろう保湿ケア、

昼間は暖かくても、朝晩は冷え込む季節になったきました。子どもは外気温の影響を受けやすいため、大人より早く寒さを感じやすいです。体温調整しやすい服で調整しましょう。

運動会は、日々の小さな積み重ねが本番で子どもたちの素敵な姿を見ることができました。各クラスの色とりどりの花が咲きましたね。

翌日、乳児クラスは、ぞう組さんの『荒馬』を園庭で担任と演じる姿はとても微笑ましく、らせらー・らせらー♪との掛け声とともに太鼓を見立ててたたく音が響き渡る光景が増えてきました。

感染症の季節になり、10月の後半からは手足口病が増えてしまい現在も進行中です。手洗いをしっかりと！。規則正しい生活習慣を見直し病気に負けない身体を作りましょう。



気温が下がると湿度が低くなるため、肌がかさかさしやすくなります。お風呂上り、登園前にしっかり保湿して、肌のかさつきやトラブルを防ぎましょう。

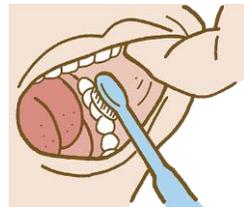
体に関する記念日 11月8日(118) いい歯を守ろう！



上の前後
後ろをみ
がくよ～

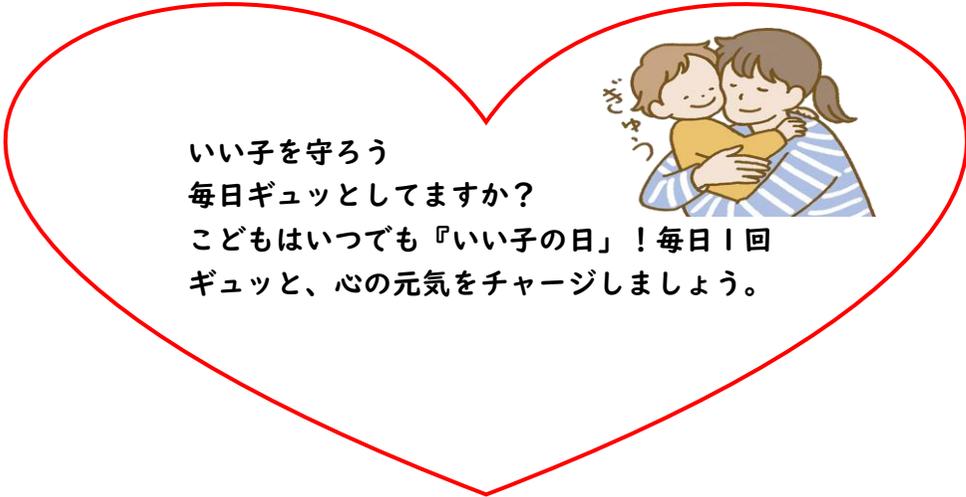


痛くないコツ
上の前歯の中央と
上唇をつなぐひだ
(上唇小帯)に歯
ブラシが当たると
痛みます。指で押
さえましょう。



口を引っばらない
奥を覗ようと口の端を引っ張るのでなく、
指でほおを内側から押しましょう。奥歯の
側面が見やすくなります。

子どもたちが自分で磨くの見守り、
最後は仕上げに大人が磨いてあげま
しょう。奥歯の隙間や歯の裏側など、
自分では磨きづらい部分までしっかり
汚れを落とし、元気な歯を守ります。



いい子を守ろう
毎日ギュッとしてますか？
こどもはいつでも『いい子の日』！毎日1回
ギュッと、心の元気をチャージしましょう。



12月18日(水) 14:30～内科健診
(11月20日⇒変更)

たかぎこどもクリニック：高木 信明

11月27日(水)

10:00～ブラッシング指導(5歳児)

まどか小児歯科：羽生 まどか

