



令和7年6月
認定こども園
函館石川保育園

6月4日から1週間は「歯と口の健康週間」です。葉の調子が悪いと体全部が不調になるといわれるくらい、大事な歯。子どものうちから虫歯がなくても定期的に検診を受け、歯医者嫌いにならないようにしておきましょう。長く自分の歯でおいしいご飯が食べられますように。

むし歯になりやすいのは・・・

- ・お菓子やジュースなど甘いものを1日に何度も食べる（頻繁に間食、ダラダラ食べ）
- ・口呼吸をしている
- ・歯並びが悪い など



※ 歯に粘りついて残る食べ物を食べたあとは歯のケアをする、おやつは決まった量をお皿に持って短時間で食べ終える、食べた後の歯磨きをきちんとするなど心掛けましょう。

歯フラスシについて

歯ブラシは1ヶ月に1本のペースで替えるのが理想的。開いたり毛が抜けていたりする歯ブラシでは、汚れを落とせません。保育園でお預かりしている歯ブラシも定期的に持ち帰りますので、その際は交換をお願い致します。

歯科検診

6月25日、さこ歯科クリニックの先生による歯科検診があります。



▲ 夏を健康で楽しく過ごすために！ ▲

- ▽ 夏の病気は飛沫感染に加えて、目やにやとびひなどのような浸出液から感染することも多いのが特徴です。お子様の体調の変化に早めに気づき、病気の特徴が少しでも見られたら早めに受診をしましょう。



外出時には帽子を

夏に向かって気温が高くなり、紫外線も強くなってきます。熱中症予防や暑さ、紫外線対策に役立ち、不慮のけがから頭を守ってくれるのが帽子です。ぜひ外出時の習慣にしましょう。こまめに洗える素材の物をおすすめします。