



No. 1

☆ 子育て情報提供 ☆

☆ 作成・編集 ☆

国風第一幼稚園
副園長
黒田 薫

ほけんだより

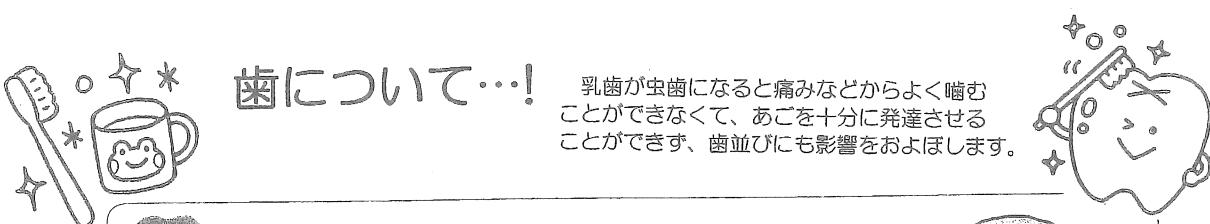
H30. 6. 4

新学期がスタートして2ヶ月が過ぎました。子どもたちは園生活に慣れ、少しずつ友だちの輪を広げています。園庭の新緑の木々の下では、虫探しに夢中になって遊ぶ子供たちの元気な姿が見られます。これから梅雨に向かい、暑さも増してきます。今まで以上に衛生面に気をつけてまいります。ご家庭でも、手洗い、うがいの指導や上手に衣服の調整をすることなどもお子さんに教えてあげて下さい。また、暑さ対策として水分補給も大切です。水筒はお子さんが扱いやすいもので、毎日しっかり洗浄して下さい。特に、ストロータイプの物は、ストローもしっかり洗うようお願い致します。

これから一年間、子どもたちが健康でくすく成長できるよう、努力してまいります。ご父兄の皆さまのご協力、よろしくお願い申し上げます。

歯について…!

乳歯が虫歯になると痛みなどからよく噛むことができなくて、あごを十分に発達させることができず、歯並びにも影響をおよぼします。



歯並びをよくするために、乳歯のころから気をつけることはありますか？



あごの骨を育てておくことが大切です。

歯並びが悪くなる原因の一つに、あごの骨が小さいことがあります。歯が生える土台となる「歯槽骨」が小さいために、狭いところに永久歯が無理やり入ろうとしてガタガタになってしまいます。歯並びをよくするためには、乳歯と乳歯の間にすきまができるぐらい、あごの骨を育てておきましょう。そのためには、小さいころからよくかんで食べる習慣をつけること。子どもはかめかむほど、あごの骨を大きく育てることができます。また、椅子に座って食事をするときは、足を床にしっかりとつけて食べましょう。足が揺らぐときは足置き台などを置きましょう。



仕上げ磨きのポイント

- 虫歯になりやすいところはとくに注意

1歳の前歯だけのときは、上の前歯の表側がいちばん虫歯になりやすいところ。しっかりと仕上げ磨きをおこないましょう。

- 歯ブラシは歯に直角に当て、やさしくsoftに磨く

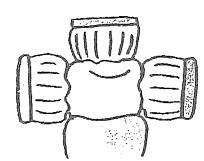
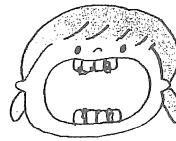
毛に近い部分をペンを持つように持ち、毛先をこまかく動かします。力加減は100～120グラム程度です。

- 歯ブラシを持つ手を固定させる

歯ブラシを持つ手の小指と薬指を、子どものほおにそわせるようにして固定して磨きましょう。

- 上唇小帯を痛めないよう注意

上の前歯を磨くときは、しっかりと指で上唇小帯を保護して、傷つけないようにやさしく磨きましょう。



歯磨きで痛い思いをすると、歯磨きを嫌いになる要因となります。正しい仕上げ磨きをしてあげて下さい！

配膳とあとかたづけ

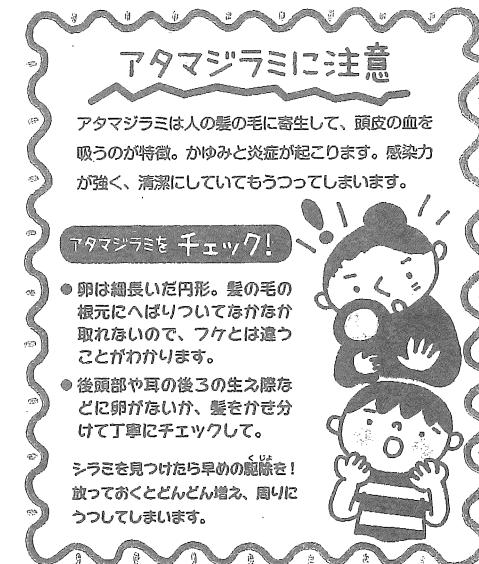
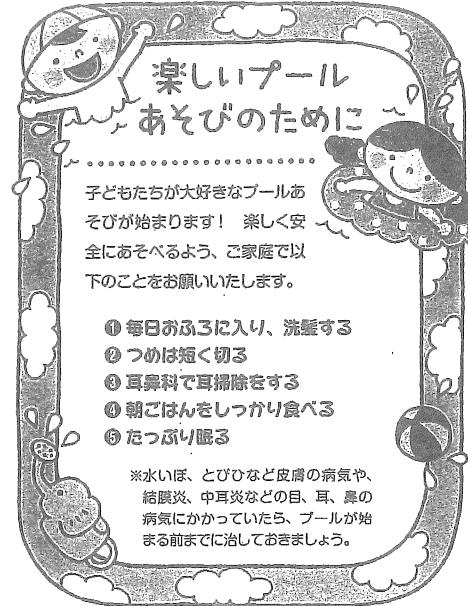
お手伝いは子どものやりたい気持ちをはぐくみ、食にかかるることを子どもに伝え、親子がコミュニケーションをとるいい機会です。まず、初心者に最適なのが配膳とあとかたづけです。できた料理を食卓に運び、食べた食器を流しにさげる。最初は自分の茶碗一つからでも充分です。落とさないように、こぼさないように、自分なりに工夫して、じょうずにできたら自信ができます。できたら、うんとほめてあげましょう。



プール・水遊び

6月14日(木)にプール開き、6月18日(月)から水遊びが始まります。6月の行事予定表や5月15日配布の通信『スイミングハットの注文受付および水遊びについて』をよく読んで準備をして下さい。また、つめや髪などの衛生面についてもご家庭でチェックをお願い致します。

★持ち物にはしっかり名前の記入して下さい。



アタマジラミの予防と駆除

予防

- 毎日大人が洗髪する
- 髪はできるだけ短くするか長い子はしばる
- 衣類や寝具はいつも清潔に
- こまめに掃除機をかける
- ときどきシラミチェックを



特殊なシャンプーで洗髪
薬局で購入できる「スミスリン」という殺虫効果のあるシャンプーを2～3日に1度使って洗髪。1か月ほど使ったことで効果が上がります。

卵は発見次第ふす
卵を見ついたら目の細かいくしですき取り、つぶします。

☆

時々、お子さんの髪をチェックしてみて下さい！

★今回のおたよりの参考資料★

- 「健康おたより文例集」 学研
- 「ひろば 2018 5月号」 メイト
- 「いただきます ごちそうさま 春 2018 Vol.63」 メイト



体操の日は、体操服で登園して下さい。体操服の上に夏の制服やズボンを着る必要はありません。(冬期になり、寒い時は体操服長袖や制服上着を上に着ます。)

※このほけんだよりに関するお問い合わせは国風第一幼稚園まで。
TEL 524-0592