

6月のほけんだより

看護師 木間 雅子

「鬼の霍乱(おにのかくらん)」ということわざがあります。「霍乱」とは、日射病や暑気あたりのことで、「鬼」には「怖い人」という意味はなく、「普段病気をしない丈夫な人」のことを指します。つまり体が強く健康な人も、夏の暑さにはかなわないことを表します。今年も夏が近づいてきました。少しずつ体を暑さに慣らし、十分な睡眠とこまめな水分補給を心がけ、元気に夏を過ごしましょう。

歯と口の健康習慣

この習慣は「6(む)4(し)」にちなんで6月4日より1週間歯と口の健康に関する正しい知識を普及啓発するとともに、歯科疾患の予防、早期発見及び早期治療等により歯の寿命を延ばし、健康の保持増進を目的とします。



歯ブラシのお手入れしていますか？

歯みがきが終わった後、歯ブラシのお手入れはしていますか？何もしていない人は要注意です！
汚れを落としにくくなったり、不衛生になったりするかもしれません。

お手入れのポイント

①流水で洗い流す

みがいた後に付いた汚れや細菌を落としましょう。根元の部分にたまりやすいので、要チェックです。



②風通しの良い場所に保管する

湿ったままだとカビや菌が繁殖しやすくなります。乾きやすいように立てて保管することもポイントです。



③定期的に交換する

歯ブラシの背中側から見て、毛先がはみ出している時や1カ月以上使用している時は新しいものにしましょう。



5月の欠席状況

- ・発熱：15名
- ・用心：10名
- ・嘔吐・下痢：9名
- ・体調不良：9名
- ・受診：4名
- ・胃腸炎(ウイルス性含む)：4名
- ・溶連菌感染症：1名
- ・突発性発しん：1名
- ・結膜炎：1名
- ・アデノウイルス感染症：1名

※「登園届」(保護者記入)の提出にご協力ありがとうございました。