

# ほけんだより

令和8年度5月号

新年度になつてから1か月が経ちました。気温が平年より高い事が多くなりそうです。衣服の調節や水分補給を心がけてながら体調に気を付けていきたいと思ひます。

園の健康状況  
園内におたふく、鼻水、熱が流行しましたが他園でも同様流行していることとです。かぜの感染ですが、今後とも注意下さい。夕暮小平保健所管内でプール熱が前週に比べ増加したとこととです。発熱に注意下さい。

5月21日(木) 9:30~  
歯科検診を行います。登園前の歯みがきをしっかり行い登園して下さい。

園医の水上歯科医院の水上先生は1本1本丁寧に診て下さり、早期のむし歯も見つけて下さいます。

どこによつて残っている等もお知らせしますので、歯科検診結果は例年通り個別の結果用紙を郵送します。歯科の専用ライトとは異なる環境での検診ですので、どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

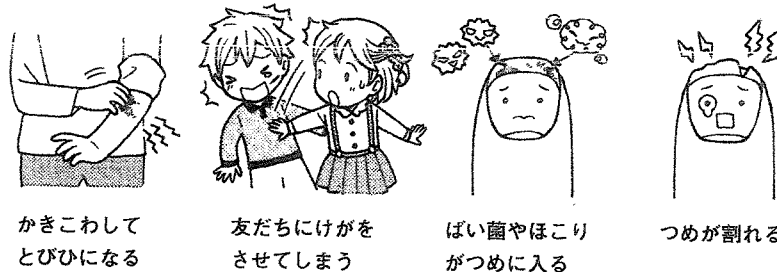
どこに何本むし歯があるという結果ではなく、むし歯があるかない。をお知らせいたします。むし歯があると言われた方は、歯科受診し歯科に相談して下さい。むし歯があると言われ受診し、むし歯ではないと言われる方もありますが、早期発見のむし歯のため、その後ほとんどむし歯になっています。ご注意ください。

## ほけんニュース

### つめのケアはできていますか？

お子さんのつめは定期的に切っていますか？ おとなにくらべて子どものつめは伸びるのが早いといわれています。つめが長く伸びていると、思わぬ時に友だちに当たってしまい、けがをすることもあります。そのほか、ばい菌やほこりが入ったり、つめが割れたりするので注意しましょう。

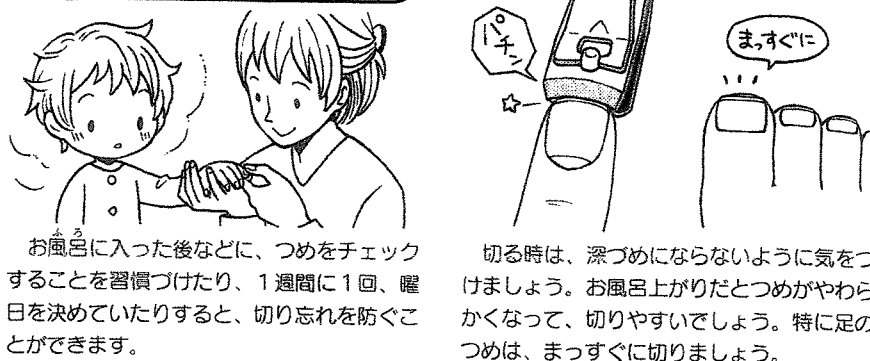
#### つめが伸びすぎて起こるこんなトラブル



かきこわしてとびひになる  
友だちにけがをさせてしまう  
ばい菌やほこりがつめに入る  
つめが割れる

つめを伸ばしていると、友だちにつめが当たって、けがをさせてしまったり、自分の虫さされなどをかきこわして「とびひ」になってしまったりすることがあります。そのほか、つめが割れる、つめにはい菌やほこりなどが入って不衛生になることもあります。

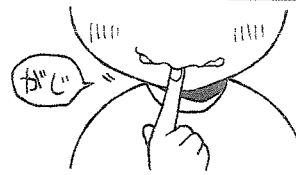
#### 伸びすぎを防ぐために



お風呂に入った後などに、つめをチェックすることを習慣づけたり、1週間に1回、曜日を決めていたりすると、切り忘れを防ぐことができます。

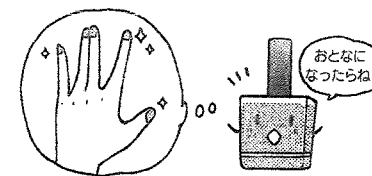
切る時は、深づめにならないように気をつけましょう。お風呂上がりだとつめがやわらかくなって、切りやすいでしょう。特に足のつめは、まっすぐに切りましょう。

#### つめかみ



つめをかむ癖があるお子さんもおられるかと思ひます。つめをかむとつめの先がだ液でとけてキザザザになり、つめの周りに炎症が起きることもあります。つめかみは不安や緊張を解消するための場合もあるので、そうした面に配慮しつつ、やめられるように努力しましょう。

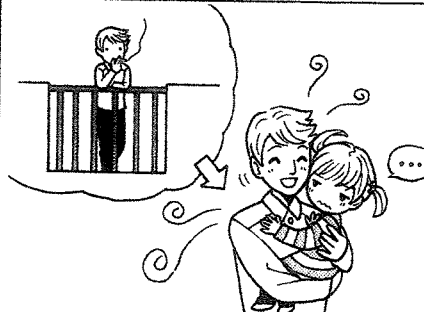
#### つめのおしゃれ



時々、手足のつめにマニキュアをぬっているお子さんを見かけることがあります。子どものつめはやわらかいこともあり、影響を受けやすいので、マニキュアを塗るのは控えるようにしましょう。

5月31日は世界禁煙デー

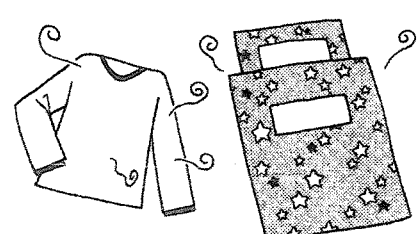
### 子どもたちがタバコの害にさらされないために 子どもの前でタバコは吸わないというけれど



タバコは吸うけれども、子どものいない部屋で吸う、ベランダや屋外に出て吸うといった保護者の方もいるかもしれません。しかし、タバコの残留成分は、衣服や頭髮、呼気などに残ってしまいます。こうした残留成分に結局、子どもたちはさらされてしまうのです。

ぜひ、子どもたちの健康のためにもタバコの煙のない環境を与えてあげてください。

#### 第三次喫煙（残留受動喫煙）に注意！



洗濯物などのそばでタバコを吸うと喫煙によって発生したタール成分や臭いが衣類などの表面に付着します。喫煙者がその場にいないでも、こうしたタール成分が気化して放散されます。こうした残留タバコ煙成分を吸入する（第三次喫煙）と体への影響が心配です。子どもの健康のためにも禁煙を目指してほしいものです。

#### 行事予定

5/8(金) 0歳児身体測定

5/13(水) 0歳健診

5/21(木) 歯科検診

5/27(金) 全クラス身体測定

参考文献：『最新保育保健の基礎知識 第7版改訂』監修 池野信昭 編集 日本保育保健協議会 日本小児医事出版社刊ほか