



令和5年 5月 30日発行
認定こども園 白梅幼稚園
看護師 田原 由紀子

晴れたり雨が降ったり、天気の変り変わりが多くなる時期になってきます。
ジメジメする梅雨期…。この時期は、気温の変化に意外と体力が消耗し、発熱や下痢などの症状を起こす子どもも少なくありません。夜は早く寝て睡眠を十分にとり、消化のよいもの・バランスのよいものを食べ、元気に乗り切りましょう。
ご家庭での健康観察や、気になることなどありましたら、いつでもお知らせください。

子どもの口の健康を守りましょう！

ご存知ですか？
昨年度の熊本県の報告によると、**熊本県の乳幼児期のむし歯有病者率は、全国47都道府県の中で1歳6カ月児は ワースト1位 (1・76%)** → (全国平均は0・99%)
3歳児は ワースト3位 (18・91%) → (全国平均は11・90%) という報告が出ています。
(いずれもの順位も令和5年度)
さて、宇城市は、どうでしょうか？
宇城市の1歳6カ月児の虫歯有病者率 (令和5年度) は 1.34%、 3歳児は 21.26%。
宇城市でも全国平均を上回っている状況です。

熊本県ホームページより引用

子どものむし歯を放っておくと、顎の発達に影響が出て歯並びが悪化したり、歯の付け根に膿がたまり、ひどい場合は髄膜炎になってしまう場合もあります。

- **むし歯菌は、家族等からの唾液でうつります！**
生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、虫歯菌はいません。家族間のスプーンやフォーク、コップ等の共有で虫歯菌をうつしてしまいます。共有はやめましょう。



- **子どもの虫歯はあっという間？！**
乳歯や生え替わったばかりの永久歯は、大人の歯より柔らかく、虫歯になると どんどん進行します。 **早期発見・早期治療がとても重要！** 子どもは自分で気づかないため、保護者の方が日々しっかり見てください。



- **乳歯のむし歯は放っておいても大丈夫ではありません！**
乳歯のむし歯を放ったまましていると、口の中で虫歯菌が増え、生えてきた永久歯もむし歯になりやすくなります。また、永久歯の歯並びにも影響します。

- **仕上げ磨きをお願いします！**
子どもは自分でしっかりきれいにみがくことはできません。毎日の保護者の方による仕上げみがきをお願いします。



歯医者さんは歯を守る強い味方です。かかりつけの歯医者さんでの定期的な健診とむし歯がある場合は早い時期の治療をお勧めします！
また、歯が生えたら、年に2～4回のフッ化物の塗布も推奨されています。

子どもの大切な歯を守るために、毎日の仕上げ磨きと、口の中や歯に異常がないか確認をお願いします。



気持ちよく過ごす 服のポイント

梅雨に入るこの時期は、一日の気温差が大きく、「とても暑い！」と感じる日や、朝夕肌寒く感じる日があります。
朝、肌寒い時は 風邪をひくかも…と心配するかもしれませんが、子どもは体を動かすとすぐに暑がり、たくさん汗をかきます。

上着は重ね着で
厚手の服を着るより、長袖シャツの上に半袖シャツやベストを重ね着するほうが調節しやすく、快適に過ごせます。

ズボンはゆったりしたものを
レギンスなどは、汗をかくと張りついてしまい、自分で着替えがしにくいようです。脱ぎにくいためトイレに間に合わないこともあります。少し大きめの薄手のズボンがおすすめです。

着替えには半袖と長袖を
保育中の気温やその日の活動に合わせて調整できるよう、着替えは **半袖と薄手の長袖の両方**、準備をお願いします。

おねがい

7月にプール開きを予定しています。プール遊びが始まる前に、目・耳・鼻・皮膚などの病気がある場合は、病院を受診し治療をしておきましょう。
(例えば、慢性的な鼻汁・鼻閉、中耳炎、水いぼ 皮膚の炎症、アレルギー性結膜炎 など)

水いぼ は肌と肌が接触すると、他の人に感染します！
水着や服でかくれない部分の**水いぼ** は、防水テープ等で覆って登園してください。

かかりつけの医師に、「水遊びやプール遊びをしてよいか？」 「注意すべきことはないか？」確認をおねがいします。

【 5月の感染症情報 】

流行性耳下腺炎疑い	1名
感染性胃腸炎	2名
新型コロナウイルス感染症	1名

* 5月は寒暖の差が大きかったせいか、発熱や、咳・鼻水の症状でのお休みが多くみられました。
* 胃腸炎の症状も増えています。お家で下痢や嘔吐があった場合は、無理な登園を控え、ご家庭で静養をおねがいします。

6月の身体測定のお知らせ

1日 (木)	りす
2日 (金)	ひよこ・あひる
5日 (月)	うさぎ
6日 (火)	くま
7日 (水)	ぞう

* お休みの場合は、直近の登園日に測定します
* 身体測定の日、髪は横で結んでください