

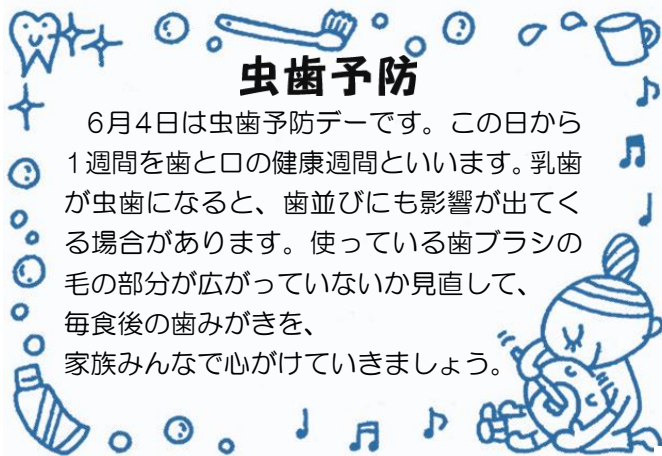
令和5年6月

摂津ポッポせんりおか保育園



## ほけんだより 6月号

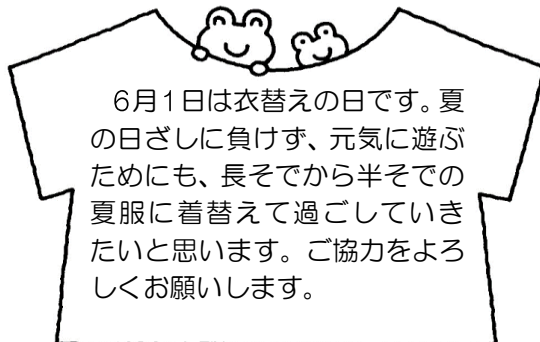
梅雨の季節を迎えカエルやカタツムリは雨が降るのを待っているようです。花や緑の気にも水の栄養補給が必要ですね。梅雨入り間近で日差しが少ない日も多くなりますが蒸し暑くなるので熱中症には十分注意しましょう。



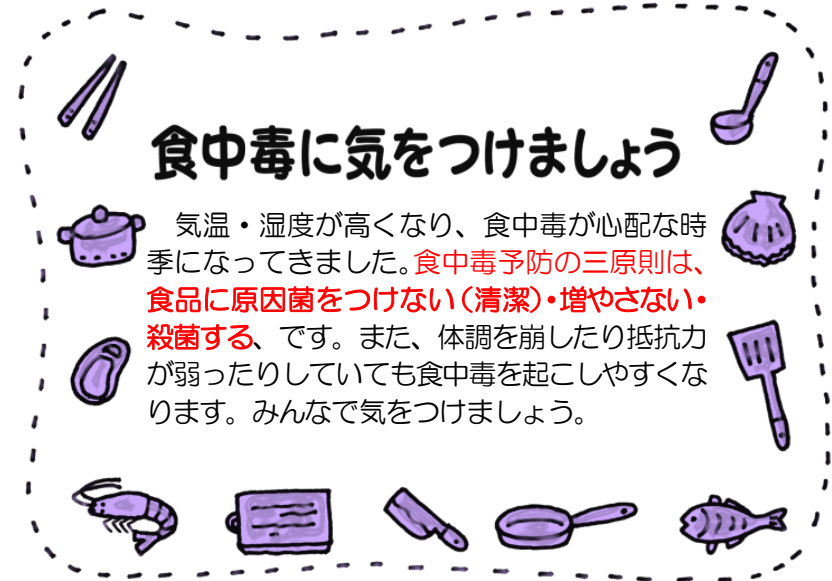
### 虫歯予防

6月4日は虫歯予防デーです。この日から1週間を歯と口の健康週間といいます。乳歯が虫歯になると、歯並びにも影響が出てくる場合があります。使っている歯ブラシの毛の部分が広がっていないか見直して、毎食後の歯みがきを、家族みんなで心がけていきましょう。

子どもたちの歯を守るため6月8日は歯科検診、19日は歯磨き指導を予定しています。

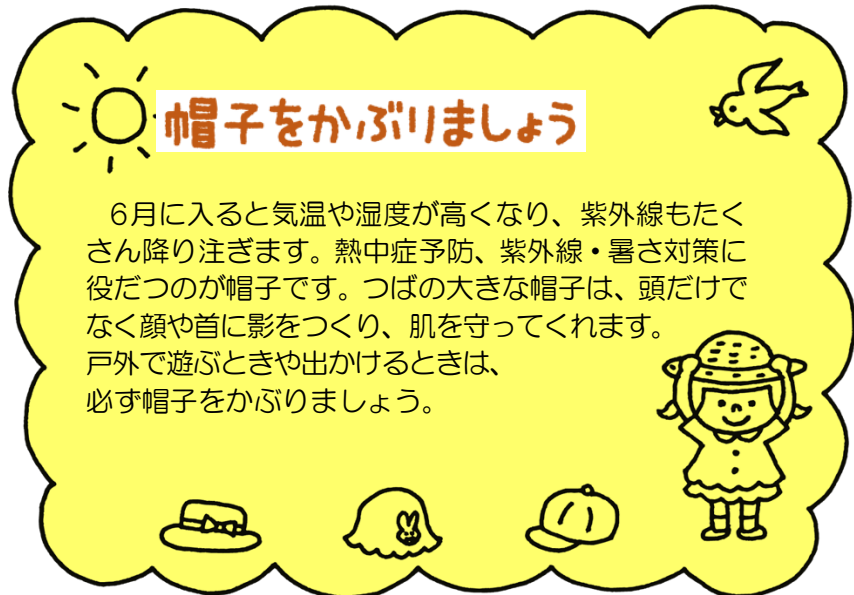


6月1日は衣替えの日です。夏の日差しに負けず、元気に遊ぶためにも、長そでから半そでの夏服に着替えて過ごしていきたいと思います。ご協力をよろしくお願いします。



### 食中毒に気をつけましょう

気温・湿度が高くなり、食中毒が心配な時期になってきました。食中毒予防の三原則は、**食品に原因菌をつけない(清潔)・増やさない・殺菌する**、です。また、体調を崩したり抵抗力が弱ったりしていても食中毒を起こしやすくなります。みんなで気をつけましょう。



### 帽子をかぶりましょう

6月に入ると気温や湿度が高くなり、紫外線もたくさん降り注ぎます。熱中症予防、紫外線・暑さ対策に役だつのが帽子です。つばの大きな帽子は、頭だけでなく顔や首に影をつくり、肌を守ってくれます。戸外で遊ぶときや出かけるときは、必ず帽子をかぶりましょう。

