

6月になりましたが、今年は梅雨入りしたとたんに暑い日が続いています。

子どもたちは熱中症対策でこまめに水分補給をしながら、元気に外遊びをしています。ご家庭においても寝不足やしっかりと朝食を食べて登園するなど、熱中症予防へのご協力をお願いいたします。また、むし歯予防教室の中でおやつについてお話をいただいたところ、早速対応していただきありがとうございます。体の基礎を作る大事な時期ですので、食べ物については考えて与えてください。

身体測定の結果を受け取ったら...

今年度は毎月身体測定を行います。幼児期の身体測定は栄養状態や、発育状況での異常の有無を早期発見するために行います。参考資料として成長曲線のグラフも同封していますので、体重の急激な増加や減少等があった場合は日頃の食事の様子に変化がないか観察をお願いします。

プールが始まります

天候の状況に合わせてプールが始まります。楽しく安全に活動できるよう、ご家庭でも以下のことにご協力いただきますようお願いします。



つめは短く切っておいてください



耳そうじもお忘れなく



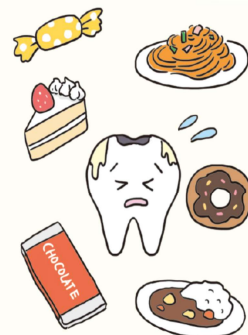
朝ごはんは必ず食べる



忘れ物のないように

間食と歯は“あぶない関係”??

食事や間食をとると、歯垢(プラーク)が出す酸によって口の中が酸性になり、pH 5.5以下になると歯の表面からカルシウムなどのミネラルが溶け出します。しかし、しばらくすると唾液による中和作用や、歯の表面を洗い流す作用が働くのでミネラルが戻り始めます。つまり、食べる回数が増えるほど、歯の表面からミネラルが溶け出す回数と時間も増え、むし歯につながりやすくなるのです。



むし歯はミュータンス菌や複数の細菌によって起こりますが、乳歯のうちにむし歯になると、細菌は口の中に存在しているので、生え変わって永久歯になっても、また、むし歯になりやすくなってしまいます。永久歯は、一生使う歯です。永久歯を守るためにも、乳歯のうちからしっかりとケアしなくてはなりません。歯を守るためにも間食について考えてあげてください。

【 飲み物について 】

園ではふだんの水分補給は“水”を飲ませています。熱中症が心配される場合やプールのあとなどには経口補水液も用意していますので、水筒の中にはカビ予防のため糖分の入った飲み物は入れないようご協力をお願いします。また口に入るものなので定期的にパッキン消毒をしてください。

