



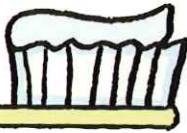
病児保育室 パンジーキッズだより



梅雨の季節がやってきました。天気の変わりやすいこの時期は、体調を崩しやすいので十分に注意が必要です。

衣服の調節にはいつも以上に気を配るようにしましょう。

6/4虫歯予防デー



虫歯を予防するには、やはり歯磨きが一番大切です。お様が歯磨きをした後は仕上げ磨きを行い、虫歯を予防しましょう。またごはんを食べる時はしっかりと噛んで食べる習慣をつけましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



歯磨きのポイント!!

- *ひざの上に子どもの頭をのせ寝かせ磨きをします。
- *鉛筆と同じように歯ブラシを持ち軽い力で磨きます。
- *前歯は歯ブラシを90°にあてて磨きましょう。
- *歯と歯茎の間は歯ブラシを45°にあてましょう。



紫外線対策

一昔前は、太陽の光を浴びて日焼けをするのは健康によいとされてきましたが、現在では過度の紫外線を浴びると肌に悪影響を及ぼすことが認知されてきています。屋外で遊ぶ機会の多い子どもにこそ、しっかりとした紫外線対策を行いましょう。

日焼けの予防法

普段から帽子をかぶる習慣を付けたり、日差しの強い季節はUVクリームを塗ったり、UV加工を施した服を着用するなどの対策をしましょう。それでも日焼けをしてしまったら、冷やしたタオルなどで患部をしっかり冷やしましょう。



【999ひきのきょうだいのおひっこし】 住んでいた池が狭くなったので、広い池を探してかえるの大家族がお引っ越し。

途中、蛇にあたりとんびにさらわれたりでもう大変。

【かたつむりののんちゃん】 目を覚ましたかたつむりののんちゃんはお出かけすることに。途中に水たまりでおぼれているヤスデちゃんを発見。のんちゃんは無事に助けられるのでしょうか…?!



えほん