



《虫歯予防》

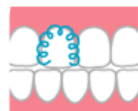


1 食事やおやつは時間を決めて！何も食べていない時間が歯を修復します。
ジュースやイオン飲料、牛乳、ミルクを日常の水分補給としてちょこちょこ飲むのはやめましょう。
(お茶、白湯などで補給しましょう)

2 歯磨きをしっかりとしましょう！定期健診、フッ素塗布をしてもらいましょう！



鉛筆を持つように



優しく軽い力で磨く



必ず大人が
仕上げ磨きをしましょう



フッ素が歯
を強くします

うがいが出るようになったら
歯磨き粉を使いましょう

3 寝る前の飲食は控えましょう！
もし食べるなら、寝る30分前までに。
その後はしっかり歯磨きして寝ましょう。

4 よく噛んで食べるようにしましょう！
だ液がたくさん出ると、歯の汚れを流してくれます。

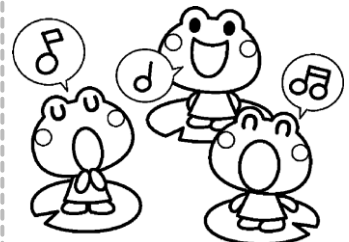


6月は各保育園で歯科健診が行われます。
虫歯が見つかったお子さんは、
早めに治療をしましょう。



《雨の日の安全な登降園》

本格的な梅雨に入り、傘を持つ登降園が多くなります。
傘を持つと視界が悪くなったり、傘を振りまわしてしまうことで、
危険な道具になってしまいます。
傘などの雨具を正しく扱い、安全に気をつけて登降園しましょう。
また、雨の日は長靴での登園も増えます。長靴が嬉しくて、晴れ
の日も履いてくるお子さんが時々みえますが、運動しにくい靴な
ので保育園に履いてくるのは雨の日のみにしましょう。



《尿検査があります》

尿検査は、腎臓の機能を調べる検査です。腎臓の病気は気づかずに放っておくと、病気が進んで治りにくい慢性の腎臓病になります。早く見つけて適切な治療をすれば比較的早く治すことができます。大切な検査ですので必ず行ってください。

★ 検査の方法

- 1 コップは、尿を採る時に使います。
- 2 尿の入ったコップを手で軽く押し、注ぎ口をつくり、プラスチックの容器に尿を入れます。
- 3 プラスチックの容器の「ココ」の部分まで尿が入ったらフタを回し、しっかり閉めてください。
- 4 必ず朝一番に採った尿を提出してください。

提出日：6月20日(水)または6月21日(木)の朝です。
出せなかった方は、7月4日(水)の朝に提出してください。

