



こども未来局
保育・子育て推進部

令和7年6月1日
河原町保育園

梅雨の季節になりました。湿度・温度ともに高くなり、また天気が変わりやすいこの時期は、もっとも体調を崩しやすい時期でもあります。熱中症の危険も高まりますので、水分補給と体調管理に気をつけましょう。

6月4日虫歯予防デー



どうして虫歯になるの？

歯の質・糖質・菌・食べる時間の条件が重なった時に、虫歯になります。歯の質は遺伝的な要素もあり、変えることはできませんが、それ以外の要因は、正しい習慣を身につけることで防ぐことができます。

【こどもの歯について】

- 乳歯は6か月位から生え始める
- 3歳ころには20本の歯が生えそろう
- 永久歯は、下の前歯や6歳臼歯が、6歳ころから生え始める

【歯や口の機能】

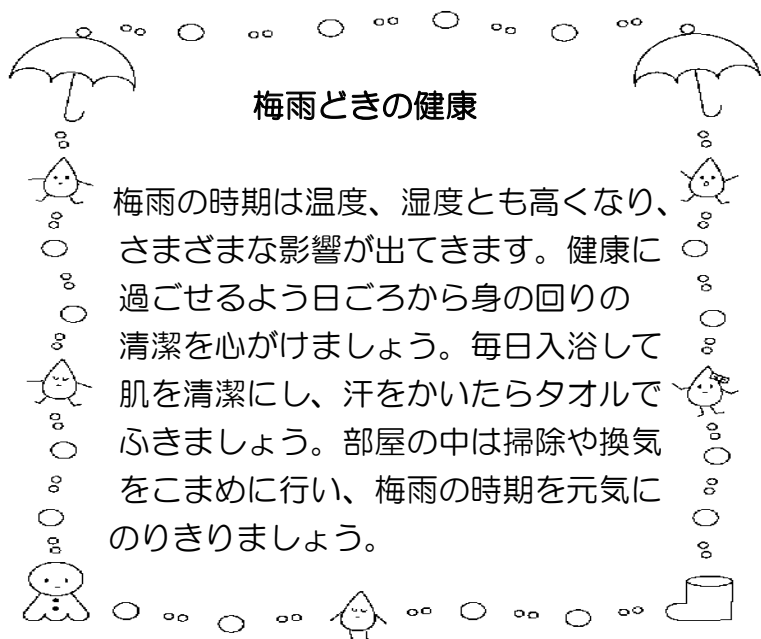
- 食べる（咀嚼）：歯の形はそれぞれの働きに応じた形
- 話す（発音）：歯と舌で構音（さしすせそ、らりるれろ）
- 顔の形を作る：表情をつくる
- 口をポカンと開けているのは口の筋肉が弱いため

【よく噛むことの重要性】

- 食べ物が栄養分として、消化吸収されやすくなる
- 唾液がたくさん出て、口の中がきれいになる
- 満腹感を得ることができる

【虫歯予防のポイント】

- ①歯みがきの習慣をつける
- ②栄養バランスのよい食事を食べる
- ③規則正しい生活習慣
- ④定期的に歯科健診



梅雨どきの健康

梅雨の時期は温度、湿度とも高くなり、さまざまな影響が出てきます。健康に過ごせるよう日ごろから身の回りの清潔を心がけましょう。毎日入浴して肌を清潔にし、汗をかいたらタオルでふきましょう。部屋の中は掃除や換気をこまめに行い、梅雨の時期を元気にのりきりましょう。

4月 罹った病気

乳児クラス

熱・かぜ症状15名、胃腸炎症状3名、中耳炎2名、目やに1名

幼児クラス

溶連菌感染症1名、胃腸炎症状3名
熱・かぜ症状15名