



令和7年6月
たちばなこども園

看護師 綱嶋友子

こども達は運動会の練習を頑張っていて毎日元気な声が聞こえてきます。



梅雨の季節になりました。天気が悪く湿度が高いこの時期は体調を崩しやすいです。朝方はまだ涼しく、昼間は暑い・・・といった一日の中で気温差があるので半袖に上着など気候に合わせて調節していきましょう！

◆歯科検診の結果◆

園で歯科検診、内科検診が5月15日に行われました。

〈虫歯のある子〉

星組	1人
月組	1人
花組	1人
ゆり組	0人
すみれ組	0人
もも組	0人

磨き残しやすいところ

- ・奥歯の噛み合わせ
- ・歯と歯茎の境目部分
- ・歯と歯の間

☆毎食後の歯磨きと就寝前は大人の仕上げ磨きをしましょう☆

・・・◆内科検診の結果◆・・・

全員異常なしでした



歯と口の健康習慣 6/4～6/10

【かむ力。かむことの大切さ。】

最近は食生活の変化から軟らかい物を食べるが多くなった為、こどものかむ力が弱くなっています。こどもの心身の発達のためにもとても重要なかむことの利点を見直していきましょう！



- ① あごを発達させる・・・歯並びにも影響
- ② だ液の分泌増加・・・虫歯予防にもなる
- ③ 食べ過ぎ防止・・・肥満の防止になる
- ④ 脳を発達させる・・・脳への血流が増加し活性化される為、記憶力向上につながる
- ⑤ 気持ちを落ち着かせ集中力をUP・・・咀嚼は幸せホルモンのセロトニンの分泌を促し精神の安定につながる
- ⑥ 表情が豊かになる・・・よくかむと顔まわりの筋肉が収縮し、血管や神経が刺激される



～かむ力をしっかり育てるために～

3歳頃からは、ある程度かみごたえのある物を意識的にとり、食物の大きさを工夫、一口で口に入れずにかみちぎる練習をすることも効果的です。

食べる姿勢も大切です！足がぶらぶらと浮かずに、しっかり床に着いていると良いです。



食中毒に要注意



6～7月にかけて多く発生します。細菌の活動しやすい温度と湿度がそろっている為です。

食器などの洗浄、手洗いを徹底し衛生管理を徹底することで、細菌の増殖を防ぐことができます。

☆お願い☆

園で使用している水筒が汚れていないかもう一度確認をお願いします。

- ・パッキンにカビがはえていないか
- ・ヌメリはないか

よく洗浄後、食器用ハイターで消毒することをお願いします。



おにぎりの日についてのお願い



おにぎりの日は暖飯器には入れませんので、この時期衛生面も考え、炊き立てのご飯をお願いします。朝炊いたご飯ですとふかふかで昼食時も軟らかいです。お母さんが作ったふかふかのおにぎり、とっても美味しくこども達の食育にもつながります♡

