



# 6月園だより

令和8年5月31日  
社会福祉法人えどがわ  
春江おひさま保育園

梅雨時期に入り、紫陽花の色づきが美しい季節となりました。これから雨の日が続くようになり、気温差も大きく体調を崩しやすくなりますので、衣服の調整など注意していきましょう。

今年もかなりの気温の上昇が予測されていますが、一番の心配は熱中症です。熱中症対策のポイントは、「環境管理」「活動量の調整」「水分補給」「体調管理」が重要です。子どもは体温調節がまだ難しい年齢ですので、普段の様子からの変化に気付けるよう、見守っていきましょう。



## 《 6月の予定 》

- 1日(月) 法人伝言ダイヤル訓練
- 4日(木) 体育あそび (3.4.5歳)
- 9日(火) 子育てひろば
- 10日(水) 健康診断
- 18日(木) 体育あそび (3.4.5歳)
- 22日(月) 英語遊び (3.4.5歳)
- 23日(火) 出張子育てひろば
- 24日(水) 避難訓練
- 25日(木) 歯科健診



## 【保健コーナー】

### ★歯の健康★

綺麗で丈夫な永久歯の為に乳幼児期の歯を健康に保つ事はとても重要です。大切な歯を虫歯から守る為にも、虫歯の要因や予防についての理解を深めましょう。

### ☆虫歯予防4つのポイント☆

\*定期的に歯科検診\*

虫歯は早く発見し治療をする事で永久歯に影響を残さずに済みます。

\*栄養バランスの良い食事を\*

バランスの良い食事で糖質の摂り過ぎが抑えられ、骨・歯に良いとされるカルシウムはビタミン類やリンと一緒に摂ることで吸収されやすくなります。

\*食べたら歯を磨く習慣\*

食後30分以内に歯を磨く事で、菌の繁殖を抑えます。

\*規則正しい生活習慣を\*

生活リズムの乱れ、特に睡眠不足は身体の機能が低下し抵抗力が弱まる等、身体のあらゆる面において悪影響を及ぼします。



## 《 お願い・お知らせ 》

◎健康診断、歯科検診はなるべくお休みの無いようにご協力お願いいたします。

◎行事以外（登園、降園時）での写真撮影はご遠慮ください。

