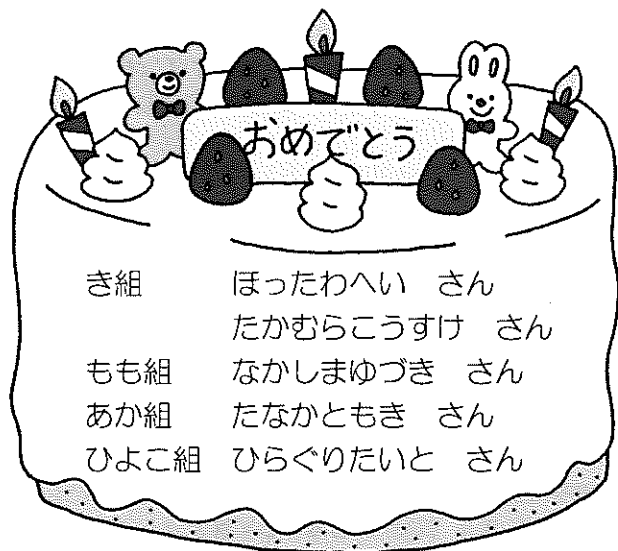


6月の歯科検診では、むし歯のある子が0人でした。とても素晴らしいことです。引き続き、ご家庭でも歯みがき習慣を続け、歯を大事にしてください。7月は子どもたちの大好きなプール遊びが始まります。水に親しみ、思いっきり楽しめたらと思います。そのためには健康な体でないといけません。遊ぶ時はしっかりと体を動かして遊び、休む時はゆっくりと眠り、メリハリのある生活をして体調を整えて、暑い夏を乗り越えていきたいです。



<7月の予定>

- 1日(金) プール開き き・もも組午睡始まり
集金袋渡し(6月延長保育利用者)
- 4日(月) 5日(火) 集金日
- 6日(水) セタまつり会
冷房費、給食費等引き落とし日
- 12日(火) あそぼう会
- 25日(月) 乳児保育料引き落とし日
保育実習~7月8日迄
- 26日(火) 誕生会、避難訓練
- 27日(水) お話し会
- き・もも組 プール 6, 13, 20日
えいごであそぼう 14, 21日

今月のうた



にじのむこうに
手のひらを太陽に
うみ

プール遊び、午睡が始まります

1日(金)よりプール遊びが始まります。天気の良い時は毎日入ります。入れるときは○、入れないときは×を必ずつけて下さい。記入のない場合は入ることができません。

持ち物：水着 ☆乳児は専用の布パンツ
フェイスタオル

ビニール袋 または プールバック
☆き・もも組の午睡はバスタオル2枚を専用の袋などに入れて持ってきて下さい。金曜日に持ち帰ります。

笹飾りのお願い

本日笹飾りを配布しました。短冊には願い事を、色紙は色々なものを折ってコヨリをつけて下さい。(掲示板に見本があります)

回収日：4日(月)まで

飾り付ける日時：5日の降園時

6日の登園時(9時まで)

★幼児組はお子さんと一緒につけます。しろ組に笹がおいてありますので名前のついたテープの枝につけて下さい。

★乳児組はお子さんを迎えに行く前または預けた後に飾りつけをしてください。天気が良ければ玄関前に笹を置きます。



お知らせ

*6日(水)に冷房費4か月分(6月~9月分)を引き落としさせていただきます。

*写真の掲載期間は1日(金)で終了です。再掲載はしませんのでお早めを確認し、ネット注文をして下さい。

*7月、8月のき・もも組のプールは水曜日の午前中になります。水着を忘れないようお願いします。



ほけんだより

令和4年7月号

気温や湿度があがり、汗をたくさんかく季節になってきました。夏の肌トラブルが起こりやすくなりますので、上手に対策をしてすこやかな肌を保ちましょう。

あせも対策

汗に含まれる塩分などが、皮膚の刺激になります。汗をかいたら、シャワーで洗い流したり、水で濡らしたタオルで軽く拭いたりしましょう。石鹸は、使いすぎると皮脂が取れすぎて乾燥してしまうため、1日1回の使用にしましょう。

皮膚の乾燥が気になる時は、入浴後に保湿をしましょう。ローションタイプはさらっとしており、夏でも使いやすいです。



虫さされ・とびひ対策

蚊に刺されると、赤く腫れたり水ぶくれができていきます。

皮膚をかきむしって傷ができたところに、細菌が感染するとシクシクした湿疹（とびひ）ができます。とびひは、感染力が強く、とびひになったところを触った手で他のところを触るとどんどん広がっていきます。

《虫さされのケア》

- ① 蚊に刺されたら
水で洗い流す
- ② かゆみをやわらげるように
濡らしたタオルで冷やす
もしくはかゆみ止めを塗る
- ③ 治りが遅い、湿疹が広がる
など、状態が変化した時は
小児科や皮膚科を受診する



皮膚を傷つけないように爪は常に短く切っておきましょう

日焼け対策

日焼けは「やけど」と同じで肌が炎症を起こしている状態です。直接紫外線を浴び続けると皮膚は大きなダメージを受けるので、帽子をかぶったり、薄い長袖を羽織ったりして上手に日焼けを防ぎましょう。

紫外線は午前10時～午後2時が最も強くなります。夏の強い日光に当たる時間を短くすることも大切です。

～日焼け止めを使う場合～

- ・最初は少し肌に塗って、合うかどうかを確かめてください（紫外線吸収剤などの化学成分が少ない「子ども用」を使うのがより安心です）
- ・普段使う場合は、SPF15～20程度で十分です（日本小児皮膚科学会）
- ・日焼け止めは、夜にはお風呂でしっかり落とし、肌に残さないことも大切です

