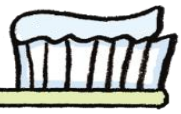
ほけんだより

令和8年6月1日

すまいりぃ保育園

蒸し暑い日が少しずつ増え、梅雨の季節を感じる頃となりました。
気温の変化や湿度の変化で体調を崩しやすい時期ですが、子どもたちは毎日元気いっぱいに過ごしています。
こまめな水分補給や休息を大切にしながら、健康に気をつけて過ごしていきたいと思います。

虫歯予防デー



6月4日は「む(6)し(4)」の語呂合わせから「むし歯予防デー」とされていました。乳歯はむし歯になりやすいため、小さい頃から歯みがき習慣や仕上げみがきが大切です。毎日のケアを通して、健康な歯を守っていきましょう。

園では虫よけスプレーやかゆみ止めの塗薬はできませんので、ご心配の方は登園される前に虫よけスプレーやシールを貼られて下さい。

虫刺されからとびひになる時もあります。とびひになった時は水遊びはできません。

汗をかく季節になってきました。

子どもたちが気持ちよく過ごせるよう、爪切りや髪の毛の長さなど、ご家庭でも確認をお願いいたします。

水分不足でおこしやすいこと

- ・熱中症
- ・機嫌が悪くなる
- ・便秘
- ・おしっこの回数が減る
- ・食欲低下
- ・だるさ・疲れやすさ
- ・頭痛

喉が渇く前にこまめな水分補給を心がけましょう