

11月になり、葉っぱの色が赤や黄色へと美しく色づき始めました。落ち葉を拾う子どもたちも秋から冬への移り変わりを感じているようです。冬に向けて心も体も元気に過ごせるよう、かぜ予防はしっかりと行いましょう。本格的な冬が来る前に、生活リズム、服装、食生活などを見直しましょう。

## 今日は何の日!?

### 11月8日は「いい歯の日」

自分で歯みがきをする子どもが増えてきたと思います。自分でみがける子どもでも、最後はきちんと仕上げみがきをしてあげましょう。歯みがきを苦手とするお子さまは、歯みがきカレンダーをつくるなど、歯みがきに興味を持たせるところから始めます。歯みがきができたからカレンダーにシールを貼ったり、スタンプを押してあげたりしましょう。

日	月	火	水	木	金	土
					1 ★	2 ★
3 ★	4 ★	5 ★	6 ★	7 ★	8 ★	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



きれいにみがけているかの歯みがきチェックや仕上げみがきは虫歯予防のために必ず行うようにしてください

### 11月9日は「換気の日」

「いい空気」と読ませることから換気の日と言われてます。暖房器具を使用中に換気が不十分な状態が続くと一酸化炭素中毒で意識を失うこともあります。インフルエンザ対策のためにも空気（風）の通り道をつくり、1時間に1回、5分程度の換気を心がけましょう。



### 11月12日は「皮膚の日」

空気の乾くこの時期は皮膚がかさかさになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりや登園前には保湿クリームを塗りましょう。



## 歯科健診結果はいかがでしたか？

虫歯のあったお子さんは、はやめに歯医者を受診しましょう。噛みあわせについて指摘のあったお子さんは、今後成長とともに治療が必要となるケースもあります。定期的に受診し経過をみてもらいましょう。

今回、虫歯のなかったお子さんもかかりつけの歯科で定期健診（クリーニングなど）を受けましょう。

## 気温にあわせて調節できる服装を。

肌寒さを感じる日でも、外遊びで日光にあたるとかなり暑く感じるものです。

肌着は綿素材などの半袖が適しており、発熱素材を使用したものは、日光の下では暑すぎるため不快です。

肌着の上には薄手の長袖を。真冬でも裏起毛のないトレーナーなどが適しています。外遊びの際は、その上に上着を着ます。

寒そうな日には、予備の長袖を引き出しにご用意いただければ、園で判断し、重ね着をして出かけます。

寒そうでは…と心配しがちですが、子どもたちは常に動いて遊び、どちらかというと暑がりです。暑く不快であることから不機嫌になることも多々あります。

気持ち良く過ごせるよう薄着をこころがけてあげましょう。

## 園内で報告された感染症

(10月)

突発性発疹

溶連菌感染症

ウイルス性胃腸炎

