



2022年7月1日 発行
 社会福祉法人 尚徳福祉会
 保育園与那原ベアーズII


暑い日が続くようになり、熱中症が心配な時期となりました。体が暑さに慣れていない梅雨明けや急激に気温が上がった日は特に注意が必要です。保育園では環境省熱中症予防サイトに掲載されている那覇（沖縄）における暑さ指数（WBGT）に基づき、屋外での活動の基準を定めています。普段からの外遊びで体を鍛え、喉がかわいていなくても水分をこまめに摂取するようにしましょう。

《 6月の感染症情報 》

手足口病	…	2名
感染性胃腸炎	…	1名

車内の注意点

エアコンをつけ、涼しくした車内でも熱中症には注意が必要です。水分補給はもちろん、日除けなども使用しましょう。また、車に長時間乗る場合は、こまめに休憩をとり、お子さまを少し歩かせるなど、外気に触れさせて気分転換をしてあげましょう。



気になる虫刺され

乳幼児が蚊に刺されると、大人より反応が遅く、1～2日後に症状が出る場合があります。時間が経つにつれ、赤く腫れたり、水ぼうがでできたりし、腫れる場合も大人よりも大きく腫れあがります。これは、虫刺されの経験が少ないために起こる激しい炎症反応です。

虫刺されの手当て

1. 水でよく洗い流す
2. 虫刺されの薬をつける
(刺されて30分以内につけるのが効果的)
3. かゆみや腫れがひどい時は、冷やす
4. 爪を短く切る（とびひの予防）

※ かゆみが強く、腫れが続く、ただれてくるなどの場合は、皮フ科を受診してください。
 ※ 虫刺されも、植物かぶれも、まず絶対にかかないことが大切です。かいてしまうと傷から菌が入り悪化することや、とびひになることもあります。かき続けることで治りも悪くなってしまうので、十分に気を付けましょう。

歯科健診結果



(人)

	健康	要注意	虫歯あり	未受診
0歳児	5	0	0	1
1歳児	9	2	0	0
2歳児	8	1	2	1
3歳児	11	3	7	2
4歳児	3	11	6	2
5歳児	9	1	11	2

園での健診はスクリーニングですので、受診先で確定診断をしてもらってください

6月14日に実施した歯科健診の結果は左記のとおりでした。
 虫歯のあった人は早めに歯科受診しましょう。
 池田先生から、虫歯の予防について
 「**歯みがきも大切ですが、おやつを決めた時間と与えることやおやつは1日2回まで、また、食が無い時間をもうける（間食を控える）ことが大切。フッ素入り歯みがきの使用も虫歯予防に効果的です。**」
 とお話がありました。質問について池田先生よりお答えがありました。同じような疑問をお持ちの保護者の方もいらっしやると思います。裏に記載していますので参考にされてください。

いすぐみ

○歯がかゆいからか、よく歯ぎしいをします。

萌出前ではかゆい時期で、歯がはえそろってきたら落ち着くと思います。

○歯垢？がついて歯ブラシではとれません。

歯石だと思われます。月齢が低いので1度受診してもクリーニングはできないかもです。

○まだ歯が生えていません。

萌出時期に個人差があるので、1才半ごろまでにはえてこれば問題ないかと思います。

うさぎぐみ

○歯並び

噛みしめています。下を向いていると噛みしめている事が多くなります。時々、声をかけて、お顔を前に向けてみるといいです。

○市の健診で下の歯2本足りないと言われた。大丈夫か。

今のところ問題はなさそうです。定期的な健診または永久歯が萌出する頃に歯科受診をおすすめします。

○ねる時にしゃぶりを使っています。何歳ごろまでにやめさせるか目安はありますか？

3才頃までに卒業できたらいいかと思います。少しずつやめさせましょう。寝入ったらそっと外してみるなど。

ぼんだぐみ

○何歳頃から親が口をつけたモノ(ジュースやご飯)を与えても大丈夫か？

色々な意見があると思いますが…できれば0歳の頃から与えない方がいいと思います。

○一度も歯科に行った事がありません。行って検診を受けた方がいいですか？

3歳頃からトレーニング歯科行かれてもいいと思います。

きりんぐみ

○着色しやすい、前歯の横の歯→虫歯？着色？着色はどうしたら防げるか知りたい

色々なことで着色つくことがあります。お薬服用したり、口呼吸でつくことがあります。

○歯ぎしいが凄いです。

様子みになります。子どもで対策方法がありません。

ぞうぐみ

○就学前になるので、自分でも歯みがきをさせていますが、歯みがきの順番などどのように教えていけばいいでしょうか？

一度、受診されて歯科衛生士の方に歯ブラシ指導受けてみてもいいかと思います。

○ねてる時にたまたま歯ぎしりする。


様子みになります。

フッ素配合歯みがき剤

歯みがきのたびに使用すると、みがいている間の効果に加え、歯みがきをした後で、口の中の歯や粘膜に残ったフッ素が少しずつ唾液にまざり効果を発揮し続けます。

むし歯予防の効果を高めるには、長い時間フッ素が口の中にとどまっていることが大切です。歯みがき剤の使用量やみがき終わった後のうがいの方法にも気をつけましょう。

フッ素配合歯みがき剤の年齢別使用方法目安

年齢	使用量	歯みがき剤のフッ素濃度	洗口その他の注意事項
6ヶ月(歯の萌出)~2歳	 切った爪程度の少量	500~1,000ppm	仕上げみがき時に保護者が行う。
3~5歳	 5mm以下	500~1,000ppm	就寝前が効果的。 歯みがき後5~10mlの水で1回程度洗口。
6~14歳	 1cm程度	1,000ppm	就寝前が効果的。 歯みがき後10~15mlの水で1回程度洗口。
15歳以上~成人	 1~2cm程度(約1g)	1,000~1,500ppm	

使用法

1. 年齢に応じた量の歯磨き剤をつける
2. 歯みがき剤を歯面全体に広げる
3. 2~3分間磨く
4. 歯みがき剤を吐き出す
5. 年齢に応じて5~15mlの水を口に含み5秒程度ブクブクうがいをする

※うがいは一回程度にする

※1~2時間程度は飲食をしないのが望ましい

『ライオン歯科衛生研究所』より