



6月号



お元気ですか？看護師です

こちらは、区ホームページ「就学前のお役立ち情報」でご覧いただけます！



6月は本格的な夏に向けて、体を暑さや湿度に慣らしていく時期です。衣服の調節やエアコンをうまく活用するなどして、暑さに徐々に慣れるようにしながら元気に過ごしていきましょう。



・ ・ 6/4～10 歯と口腔の健康週間 ・ ・

6月4日が「6(む)・4(し)」と読めるため、その日からの一週間を虫歯予防の健康週間と定めています。歯みがきの大切さを確認しながら、ご家庭で1日1回は大人が仕上げみがきを行い、子どもの歯を守っていきましょう。

子どもの歯の役割

赤ちゃんから生える20本の乳歯、この始まりの歯には大切な役割があります。

食べ物を「かむ」



言葉を「発音する」



大人の歯(永久歯)が適切な位置に生えるように「みちびく」



子どもの歯を守るポイント

「かむ」事であごの成長を促し、歯が生えそろう事で正しい発音が生まれます。言葉を覚えていく大切な乳幼児期に、虫歯などによって歯が欠損することのないよう以下のポイントを参考に、歯を守っていくことが大切です。



①おやつを決めましょう

②かかりつけ歯科医師を見つけて定期的なチェックを受けましょう

③大人が前歯や奥歯の仕上げみがきを行いましょ



・ ・ 仕上げみがきに困ったら ・ ・

あだち仕上げみがき動画

歯みがき「いやいや」がありませんか？そのような時は足立区が作成している「仕上げ磨き動画(0～3歳編)」をご参考にいかがですか。

歯みがきのポイントをわかりやすく動画で見ることができます。



痛くないようやさしく♡



☆春から夏の感染症☆

今年は頬が赤くなる**伝染性紅斑(いんご病)**、下痢嘔吐が主症状の**胃腸炎**、気管支炎や肺炎を併発しやすい**マイコプラズマ感染症**、のどの痛みや発熱が主症状の**溶連菌感染症**、初夏からは**咽頭結膜熱(フェール熱)**などの流行が予想されています。いずれの感染症も**予防策の基本は手洗い**です。手洗いを日頃から習慣にすることで、飛沫や接触による感染の予防につながります。体調の不良が見られた時には、医師の診察を受け早期対応による早期回復ができるようにしましょう。