



6月ほけんだより

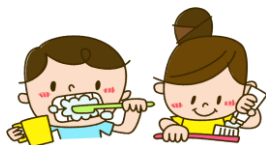


令和8年5月28日
はなほこども園

看護師 *****

● 乳歯の時からむし歯予防 ●

乳歯は食べ物を噛むだけではなく、永久歯が正しく生えるための道しるべになる大切な役割があります。乳歯のむし歯を放っておくと、永久歯の歯並びが悪くなったり、大人になってからむし歯になりやすくなったりします。一生使う大切な歯を守るために、乳歯のうちから歯にいい習慣を身につけ、将来のむし歯を予防しましょう。



歯みがきの習慣をつける



仕上げ磨きをする



甘い物のとりすぎに注意

● 口の機能を育てましょう ●

しっかり噛むことで、口の周りの筋肉がしっかり育ち、あごの発達が促され、歯並びにもよい影響があります。

★しっかり噛むには…★

- ・背筋を伸ばして座ります
- ・唇で食べ物をはさみ、前歯で噛み切ります
- ・あごを左右に動かしながら奥歯ですりつぶします



～歯科検診のお知らせ～

6月5日(金)
12時15分～

※都合でお休みの場合は、その時間帯にいらして下さい。
なお、欠席の場合は、後日、ヨシハラ歯科医院での検診になります。



● 麻疹(はしか)に注意! ●

麻疹(はしか)は感染力が極めて高く、重症化することも多い感染症です。空気・飛沫・接触感染で広がり、免疫がない人はほぼ100%発症します。

【初期症状】

10～12日間の潜伏期間を経て、38℃前後の発熱、咳、鼻水、目の充血・目ヤニなど風邪に似た症状が出ます。

【中期症状】

発熱が一旦下がった後、再び39℃以上の高熱が出るとともに、口の中に白い斑点が現れます。さらに耳の後ろや首から顔、全身、手足にかけて赤い発疹が広がります。

【合併症】

肺炎、脳炎、中耳炎などの合併症を引き起こすことがあります。肺炎や脳炎は命に関わる危険があります。

【対処と予防】

麻疹に特効薬はなく、解熱剤や水分補給などの対症療法となります。最も効果的な予防策はワクチン接種で、2回接種で十分な免疫を獲得できます。

