11月のほけんだより

２０２６年１１月号
ミアヘルサ保育園
ゆらりん豊洲フロント
看護師　石黒

落ち葉が赤や黄色に色づき始め、お散歩が楽しい季節です。空気が乾燥してくると感染症が流行りやすくなります。石鹸での手洗いを、園でもご家庭でも習慣化していきましょう。

１０月の感染症　　**＊インフルエンザ・・・３名**

＊インフルエンザの予防接種が終わりましたら、母子手帳のコピーの提出をお願いします

＊ご家族の方がインフルエンザに罹られた場合、園にお知らせ下さい。

１１月２６日（木）９：３０～
全園児歯科健診があります



当日はお休みせず受診出来るようご協力お願いします

健診後、**３・４・５歳児クラス**は歯科医師から歯磨き指導を受けます。

当日、保育園に歯ブラシの持参をお願いします。

★前回の６月の歯科健診の結果で、まだ受診が終わっていない方は、早めに受診をお願いします。

定期健診は、１１月２０日(金)
１４：３０～です

０歳児クラスと１０月の全園児健診欠席者が対象です。

薄着での登園をお願いします

寒いとつい厚着をさせたくなりますが、寒さや外気を感じることで、寒さへの抵抗力がつきます。

保育室は暖かく、体を動かして汗をかきやすくなります。トレーナーやフリースなどは熱がこもってしまいます。

また、真冬でも**下着は半袖かランニングで充分です。長袖の下着は必要ありません。**



１１月８日は「いい歯の日」



くじら組といるか組では、前歯の乳歯がぐらつき始めたり、抜けて永久歯が生え始めたりする様子が増えてきました。乳歯はいずれ抜けて永久歯と入れ替わる歯です。一生の中で乳歯を使う期間は約１０年と言われていますが、その１０年間に子どもの成長と発育に大切な役割を果たしています。

●食べ物を噛むことが第一の役割です。 食べ物をしっかりよく噛むことで、栄養の吸収を助け、顎を発達させます。よく噛むと「味覚の発達」「脳の発達」「肥満予防」「胃腸の働きを助ける」など利点がたくさんあります。

●舌を正しい位置に置き、うまく発音出来るようになり、言葉がはっきりしてきます。

●永久歯ができるまでのサポート役。健康な乳歯の下で、健康な永久歯が育ちます。

１１月１２日は「いい皮膚の日」

気温が下がると湿度が低くなるため、肌がカサカサしやすくなります。**お風呂上りと登園前にしっかり保湿**して、肌のトラブルを防ぎましょう。

