

# ほけんだより



九度山保育所

いよいよ梅雨シーズンの到来です。じめじめして汗をよくかくと、皮膚トラブルの原因となります。毎日お風呂に入って、頭や体を清潔に保ちましょう。

体調も崩しやすい時期ですので、健康管理には十分気をつけてあげてください。

また、

6月4日は  
虫歯予防デー

脳の動きが  
活発になります

## かむことは大切

あごの骨や  
筋肉の成長を  
助けます

だ液の分泌が  
盛んになり、  
消化を助けます

歯肉に刺激が伝わり、  
歯を支えている骨や組織が  
丈夫になります

だ液の分泌により、  
食べかすが歯に付くのを  
防ぎます



虫歯を放っておくと歯の神経  
が死んでしまいます。歯の神経  
が死んだままにしておくと細菌感

染が歯の根っこの先にまで及んで  
根っこの先に病変を作ることがありま  
す。乳歯の虫歯が根の先に病変を作  
るとその下にある永久歯が正常に  
育たない可能性があります。

早めの治療をし、食後の歯磨  
きを忘れずに行いましょうね!!



## 鼻水が長引くのは 病気のサイン!?

鼻は呼吸や病気の予防に  
役割を果たす大切な気管。  
気になる症状があったら、  
耳鼻科を受診しましょう!

かぜをひいていないのに、  
しょっちゅう鼻が詰まった  
り、鼻水が出たりしている



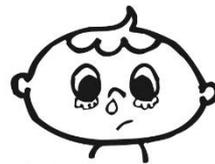
→アレルギー性鼻炎や副鼻  
腔炎などの疑い

鼻詰まりがあり、  
しきりに耳を触る



→急性中耳炎の疑い

いつも目やにや  
鼻水が出ている



→鼻涙管閉塞やく結膜炎の  
疑い

緊急 ミニおたより

## オムツかぶれ

(オムツ皮膚炎・カンジタ皮膚炎)

オムツをし続けていると、汗やムシ・カビなどの要素が絡み合い、皮膚がふやけて傷つき、炎症を起こします。



オムツを当てている部分が  
赤くなる。

丘しん(ブツブツ)ができたり  
皮膚がむけたりして痛む。

なかなか治らない場合は、  
カンジダ皮膚炎を併発して  
いることがある。

### まうちでケア

- \*ごまめにオムツを取り替えましょう。おしりをきれいにふき、乾燥させてからオムツを当てましょう。
- \*通気性のよいオムツにしましょう。
- \*天気のよい日はオムツを外して、日光浴をしましょう。
- \*布オムツの洗濯は、柔軟剤や漂白剤を避け、しっかり日光に当てて乾かしましょう。