

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

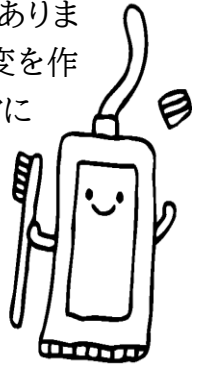
だ液の分泌により、
食べかすが歯に付くのを
防ぎます



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。