

ほけんだより ～ラポール～ 11月号

るんびに一保育園 子ども未来部幼児課

真夏のような暑さから、突然、冬になったように寒くなり、秋の季節がないのかと思われるような季節の移り変わりに戸惑いを感じますね。新型コロナウイルス感染症がようやく落ち着いてきたようですが、インフルエンザウイルスの感染が心配になってきます。感染症対策を継続し、家族みんなで健康管理をして、この冬を元気に乗り越えましょう。

大切な歯 生え変わるから大丈夫？



昔々、地球にいた恐竜。歯が削れても予備の歯に次々と置き換わっていく

「デンタルバッテリー」という構造があったと言われています。予備の分を合わせるとなんと1,000本以上の歯を持っている種類がいたそうです。

私たち人間の永久歯は全部で32本。15歳ごろまでに生え変わり、交換できる歯はなくなってしまう。バッテリー残量0にならないように…大切なのは歯みがき。毎日ていねいにみがけていますか？

ちなみに…2020年、中国で新種の恐竜が発見され「エウプロンテス・ノビタイ」と名づけられました。発見した学者さんが、ネコが型ロボットのアニメが大好きなのだそうです。なんだか素敵ですね。

歯みがきは一本が
ていねいに



11月8日は
いい歯の日
おやつ
時間を決めて
食べていますか？



脳を刺激する

「乳歯だから大丈夫」ではありません。乳歯は永久歯が生えてくる道案内役をします。乳歯からむし歯にならないよう、夜寝る前は、保護者が仕上げ磨きをしてあげましょう。

その「困った」もしかしたら“サイン”かも…



お子さんが「なかなか寝てくれない」「なんだかずっと不機嫌…」。忙しいおうちの方にとっては、少し「困ったな」と思う行動かもしれません。でも、それが“サイン”だったら…

かぜなどの感染症にかかっている「体の不調」だけでなく、ストレスや不安を感じている「心の不調」の場合もあります。上手く自分で伝えられないお子さんが発する「SOS」に気づいてあげてくださいね。



こんな様子はありませんか？

- ◎ 不機嫌
- ◎ おねしょ
- ◎ よく泣く
- ◎ 食欲低下
- ◎ 寝つきが悪い
- ◎ いつもより甘えてくる

「いつもと違うな」と感じる事があれば、お知らせください。

インフルエンザや風邪の予防は…

- ★ 睡眠を十分とりましょう。
- ★ バランスの良い食事を3食しっかりととりましょう。
- ★ 体を動かして元気に遊びましょう。
- ★ できるだけ人ごみを避けましょう。
- ★ 手洗い・うがい・できるお子さんはマスクをつけましょう。
- ★ インフルエンザの予防接種を積極的に受けましょう。

