

令和7年

6月 ほけんだより

郡山市保育課



長靴を履き、水たまりの音を楽しみながら登所してくる子どもたちの姿が見られる季節となりました。雨で滑りやすく、けがも増える時期ですので、ご家庭でも十分に注意して過ごすようにしてください。

歯みがき中の事故を防ごう！

6月4日はむし歯予防デー！健康な歯を保つためには歯みがきがとても大切です。「食べたら磨く」を基本に1日1回はお子さんの歯をみてあげましょう。歯みがき中に、ハブラシで口の中やのどにけがをする事故を防ぐための3か条を紹介します。

① 歩かない

歯みがき中の事故で最も多いのが、歩いたり走ったりして転んでしまうケース。歯みがきをする場所を決めておきましょう。踏み台から転落する危険があるので、歯みがき中は座らせると安心です。

② 遊ばない

歯みがき中にほかのことをするのは危険です。事故の中には「寝転んで歯みがき」「ソファに立つ」など、歯みがきのようで実際は遊びになっているケースが少なくありません。

③ 手を離さない

歯ブラシから手を離すのは、すでに違うことをしているサインです。「歯みがき中は歯ブラシをしっかり持って」と伝えましょう。

No!



早めに！

春の歯科検診が始まっています。検診後に「要治療」「医師に相談」等のおたよりが届いた場合は、速やかに歯科受診をお願いします。

食中毒予防に 手洗いを！

食中毒は、細菌やウイルスが付着したものを口にするのが原因で、湿度が高くなるこの時季に多く発症します。吐き気や下痢をもよおし、熱が出ることもあります。ご家庭でも衛生管理に気をつけましょう。予防につながる手洗いは外遊びの後、トイレの後、食事の前の習慣としてみんなで取り組みましょう。

きれいな 手の洗い方

 腕まくりをし、水で手を濡らします。	 石けんをしっかりと泡立てます。	 手の平を合わせて洗います。	 手の甲を洗います。
 指と指の間を洗います。	 指先、爪の中を洗います。	 手首を洗います。	 石けんを流し、清潔なタオルで拭きます。

予防接種には発症を抑え、合併症を防ぐ重症化予防効果があります。計画的に接種しましょう。

★予防接種に関する問合せ先★ 郡山市保健所 保健・感染症課(024-924-2163)