

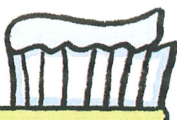


ほけんだより 6月号

令和8年5月25日
社会福祉法人 国立保育会
練馬区立南大泉保育園
看護師 瀧本美紀

あじさいがきれいに咲く季節となりました。この時期は、急に暑くなる日があったり、肌寒い日があったり、と体調を崩しがちです。バランスのよい食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。

6月4日は 虫歯予防デー



虫歯を予防するためには、やはり歯みがきが一番大切です。お子さまが歯みがきをした後は仕上げみがきを行い、虫歯を予防しましょう。また、ご飯を食べる時はしっかりとかんで食べる習慣を付けましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



熱中症対策

南大泉保育園では熱中症予防のための取り組みとして、プール・湯遊び・外遊びが実施できる基準を設けておりますので以下にお知らせします。

- ① 環境省が公表する熱中症予防情報サイトで東京のWBGT値が31を超えているとき
- ② 園内で計測した暑さ指数計の値(WBGT値)が31を超えているとき

※①か②どちらか一方でも該当する際には中止となります。

※①のWBGT値については当日5時に公表される【第2号値】の値とします。
※暑さ指数が28を超過しますと熱中症リスクが高まり31を超過すると「原則運動は中止」とされております。

※参考：<https://www.wbgt.env.go.jp/>
環境省熱中症予防情報サイト

プール入水前のおしりあらいについて

今年度よりプライベートパーツの観点より幼児組のプール前の『おしりあらい』はこども自身に洗ってもらいます。プール開きまでまだ期間がありますので是非ご自宅で練習いただくようお願いいたします。6月の幼児組でのほけん指導でも『プライベートパーツ』についてお話していく予定です。



6月10日に乳児春の健康診断、19日に春の歯科健診を予定しております。ご相談したいことがある方いらっしゃいましたら、事前に看護師までお声がけください！！

