



2025 年 5 月 30 日 発行

まゆみの里保育園

梅雨の季節がやってきました。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やすいので、十分に注意が必要です。バランスのよい食事や睡眠をしっかりと、元気に過ごしていきましょう。今月は歯科検診、尿検査、内科健診があります。健診の結果をご覧になり、必要に応じて受診と治療をお願いいたします。

歯科検診

令和 7 年 6 月 5 日(木) 13:00 開始

園医:小山歯科

- ★歯並び・かみ合わせ・あごの関節に異常はないか
- ★虫歯はないか
- ★歯垢が付いてないか
- ★歯肉が腫れていないか



健診の日は、朝食後、丁寧に歯みがきをして登園しましょう。

歯みがきをしよう！

- 虫歯を予防するためには、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。
- ひざの上に子どもの頭を乗せ、寝かせみがきをします。
- 鉛筆と同じように歯ブラシを持ち、軽い力でみがきます。
- 奥歯の溝、歯と歯ぐきの間、歯と歯の間、歯の裏は特に丁寧にみがきます。

虫歯ゼロの健康な歯を目指して、1本ずつ丁寧にみがいていきましょう！



内科健診

令和 7 年 6 月 11 日(水) 13:00 開始

園医:根道ヶ丘クリニック

- ◆ やせ過ぎ、太り過ぎはないか
- ◆ 心臓、呼吸の音は正常に聞こえるか
- ◆ 骨や姿勢はゆがんでいないか
- ◆ 皮膚の様子に異常はないか
- ◆ 病気にかかっていないか



●前日におうちでしてきてほしいこと●

- ・お風呂で体をきれいにしてくださいます。
- ・清潔な下着を着用しましょう。
- ・髪の毛の長いお子さまは結んでください。

水分補給について

- 大人の体は7割近くが水分です。幼児はさらにその割合が増え、その分、失われる水分量も多くなります。
- こまめな水分補給をしていきましょう。

Q&A

●いつ飲ませればいいのか？

起床時、就寝前、運動の前後、入浴前後など、汗をかく前と後に飲ませるのがよいでしょう。

●どのくらいの量がよい？

一度に大量を与えるのは避け、コップ1杯程度の量をこまめに与えましょう。

●何を飲ませればよい？

病気にかかっていなければ白湯や麦茶などがよいでしょう。糖分の多いジュースや、消化に時間のかかる牛乳、硬度の高いミネラルウォーターは、水分補給という点ではあまり適しません。失われた電解質を補充する時は、経口補水液が役立ちます。