



ほけんだより

6月・7月

令和7年6月2日発行

なんぶこども園

4・5月に

みられた感染症

- ・りんご病
- ・ヒトメタニューモウイルス
- ・胃腸炎
- ・水いぼ



あじさいの鮮やかな色が目を引く季節となりました。温度も湿度も高くなってくるこの時期、汗をかいたら拭き、濡れた服は着替えましょう。室内もこまめに掃除や換気をして、カビ対策をお願いします。またこの時期は、熱中症の危険も高まります。水分補給と体調管理に気をつけましょう。

6月4日～ 歯と口の健康習慣！

歯みがきの効果アツ！

☆歯ブラシ・歯磨き粉の選び方☆

フッ素を含む歯みがき粉の使用方法			
年齢	タイプ	使用量	含まれるフッ素濃度
歯の生え 始め～2歳	ジェル状	子ども用歯ブラシの1/3	500ppm(ジェル状)
	泡状	1日1回 (仕上げみがきで使用)	1100ppm(泡状) ※500ppm未満のものは 効果が期待できない。
3～5歳	ペースト状	子ども用歯ブラシの2/3 1日2回程度 (うがいしすぎない) 歯をみがいた後、30分は 飲食を控える	1000ppm

歯ブラシと歯みがき粉

- ・年齢に合ったものを使う
- ・歯みがき粉は必ずしも使う必要はありません。

歯みがき粉の種類

一般的なのはペーストタイプですが、ぶくぶくうがいや吐き出しができない1～3歳の子どもは、ジェル状・泡状・液状などがよいでしょう。

歯みがき粉の成分

フッ素（フッ化物・フッ化ナトリウムなど）を含む歯みがき粉は、虫歯を予防する効果が期待できますが、フッ素のとりすぎを防ぐため、使用量を守りましょう。研磨成分（炭酸カルシウムや無水ケイ酸など）は、やわらかい乳歯には強すぎるので避けたほうがよいでしょう。

目安を守って、元気に登園しよう

熱や嘔吐、下痢などからの病み上がりは、家では元気でも、園で長時間過ごすまでには回復していないことはよくあります。そんな時期に無理をすると、ぶり返してかえって長引くおそれがあるので、登園再開の目安を守って、しっかり回復する時間をとってあげましょう。

熱

- ・前の日に37.5℃を超える熱が出ていない
- ・解熱剤を使ってから24時間たっている

嘔吐

- ・前日（24時間以内）に嘔吐がない
- ・食べたり飲んだりしても吐かない

下痢

- ・前日（24時間以内）に、水のような便の出た回数が1回まで
- ・通常の食事を食べても下痢の回数が1日に1回



<胃腸炎について>

ノロウイルス・ロタウイルスだけでなく、風邪からの胃腸炎も含めると1年を通して流行しています。園では感染拡大防止の為、嘔吐・下痢等で汚染された物は、洗い流さずそのままビニール袋に入れての返却とさせて頂いております。ご理解・ご協力宜しくお願い致します。なお、胃腸炎の登園基準は『嘔吐・下痢の症状が治まり、普段の食事ができること』となっています。



使用する場合は、種類や成分をよく見て、使いすぎに注意しましょう。