



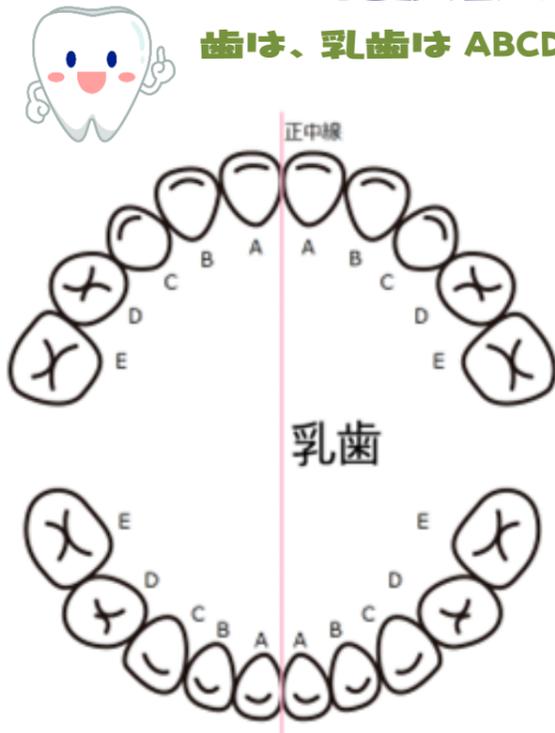
本格的な夏がやってきました。これからは暑い日が続く、食欲が落ちたり、寝苦しさから寝不足になったりして、免疫力が落ちて夏風邪など体調を崩すお子さんも見られます。また、室温28℃以上かつ湿度70%以上から屋内でも熱中症になる危険性があります。こまめな水分補給を忘れず、エアコンなどを上手に利用して、暑い夏を元気に乗り切りましょう！

歯科健康診断の記号の意味をご存じですか？

6月20日に今年度初めての歯科健診がありました。

こども園で行う歯科健康診断では、歯や歯ぐきが健康かどうかを調べます。結果は「おはようブック」(シール帳)の後ろの方に記入しています。必ずご確認ください、治療が必要な場合は早めに行きましょう。また健診の日に欠席した方は、各自で園歯科医の堅田歯科に予約をして早めに健診を受けるようにしてください。その際は『おはようブック』を持って行ってください。

健診結果から歯の状態を知るには



歯は、乳歯は ABCDE、永久歯は 123456...で表します。

左右の歯の真ん中【正中線】から上下左右それぞれ奥に向かってABCDEと進みます。Eの次の6は6歳臼歯といって、6歳頃に生えてくる、もう生え変わる事のない永久歯です。いきなり大人の歯で生えてくるので、気付かずにむし歯になっている事が多いです。お家の方が仕上げ磨きをしてあげて、大切にしてください！

記号の意味は
/ (斜線) O (まる) x (バツ) CO (シーオー)
C (シー)などは歯の健康状態の事です。

歯の健康状態とは
/ (しゃせん)：健康な歯です。その調子でがんばろう！
O (まる)：むし歯を治療した歯です。油断しないでおね。
x (バツ)：永久歯や歯列に影響を及ぼす乳歯です。
歯医者さんと相談しよう！
CO (シーオー)：むし歯に進行する可能性のある歯です。
ていねいに磨こう！糖分は控えましょう
C (シー)：むし歯です **早めに歯医者さんに行きましょう**

要注意！ 乳歯はむし歯になりやすい？！

乳歯は永久歯に比べてエナメル質が柔らかく薄いため、むし歯になりやすいのが特徴です。痛みも感じにくいので、気づいた時にはかなり進行していることもあります。乳歯のむし歯を放置していると、永久歯にも悪い影響があります。お子さんには、お父さんお母さんからの大切な贈り物として『きれいな歯』を残してあげたいですね。お金では買えない一生の財産になりますよ。

今月の保健行事

3日(月)・4日(火) 身体測定・頭シラミ検査 14日(金) 頭シラミ検査

体育遊びだより

今年の6月は、雨が本当に多くて、ほとんどホールでの体育遊びとなりました。1回だけ人工芝広場で2、3歳児の体育遊びができたくらいでしたね。室内だと鉄棒などを使った遊びは制限があるので、マットを使ったり、紅白玉や大玉、ボールを使ったりして様々な動きを取り入れての遊びを楽しみました。

今の体育遊びのねらい(内容)は...

- ① 仲間と共感力を高める (力を合わせて一つのことをする。声を掛け合い役割分担などをする)
- ② バランス力を高める (硬さや高さの違うマット上を様々な格好で通りバランス感覚を養う)
- ③ 体幹を高める (キッズヨガやストレッチなどの動きを通して、楽しみながら体幹を強める)
- ④ ボールの扱いに慣れる (的当てなど楽しみながらボールの投げ方やコントロール力を高める)
- ⑤ 関節の可動域を広げる (くまさんハイハイや大股歩き、アヒル歩きなどで関節の柔軟性を高める)

マット・ボールを使ったサーキット遊びのひとつ【5歳児】



大玉転がし...幅や高さ、柔らかさの違うマットのコースを仲間と協力しながら大玉転がしをします。ルールは2つ。①大玉も人もマットから落ちないこと。②一人で動かずに仲間と行くこと。
『幅の広い所はいいけれど、狭い所はどうする？マットとマットの間が空いている所は？』と課題を投げ掛けてから、2チーム対抗で対角から声を合わせ「5,4,3,2,1」でスタートです。マットの間が空いた難所にくると、色々な個性が見られました。一人で大玉を持って跳んで行く子。2人で息を合わせてジャンプする子。『僕先に行くわ』と言って跳んでから振り向いて大玉を受け取る子。共感力の育ちも様々です。5歳児だけでなく、2,3,4歳児もそれぞれ楽しんでいました。

ドッジボールリレー

ボールを先生めがけて投げます。投げたらボールをバトンタッチ！本当のドッジボールだとボールにさわられる子は限られるけれどリレーだから全員ボールを投げられます。マットまで走って行って目標めがけてエ〜イ!!中には強い玉を投げてる子どももいて、先生も油断はできません。しっかり投げられるようになって、みんなでドッジボールを楽しめるといいなと思います。

