

インフルエンザやノロウイルスなど、冬に多い感染症が流行る季節となりました。今年は新型コロナウイルスにも注意が必要です。手洗い、うがいを徹底し、規則正しい生活を送るよう心がけ、感染症を予防しましょう。



今月の目標

- ・手洗いうがいをしましょう。
- ・しっかり換気をしましょう。



今日は何の日!?

11月8日は「いい歯の日」

自分で歯みがきをする子も増えてきたと思います。自分でみがける子でも、最後はきちんと仕上げみがきをしてあげましょう。歯みがきを苦手とするお子さまは、おうちで歯みがきカレンダーをつくるなど、歯みがきに興味を持たせるところから始めます。歯みがきができたならカレンダーにシールを貼ったり、スタンプを押してあげましょう。

きれいにみがけているかの歯みがきチェックや仕上げみがきは虫歯予防のために行うようにしてください。



11月9日は「換気の日」

「いい空気」と読ませることから換気の日とされています。暖房器具を使用中に換気が不十分な状態が続くと一酸化炭素中毒で意識を失うこともあります。空気（風）の通り道をつくり、1時間に1回、5分程度の換気を心がけましょう。



11月12日は「皮膚の日」

空気の乾くこの時期は皮膚がカサカサになったり、かゆくなったりと乾燥肌が気になります。タオルでゴシゴシと強くこすらず、お風呂上がりには保湿クリームを塗りましょう。



先日歯科検診がありました。検診後に歯科医師より、「歯がきれいな園児が多いので、お母さんお父さんが頑張ってしっかり歯を磨いてくれているのでしょう。歯磨きの際に、歯磨き粉を使用している場合、うがいは1回で、フッ素を洗い流してしまわないようにした方が良いですよ。」とおほめの言葉をいただきました。引き続き、ていねいに歯磨きをしていきましょう。