

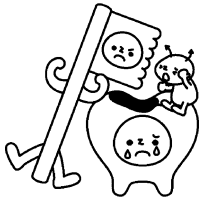
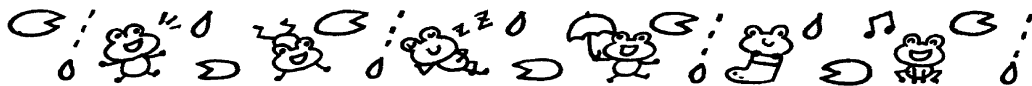
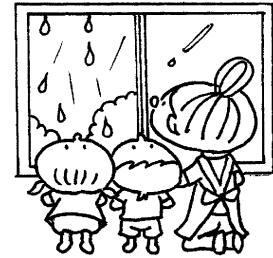
令和4年 木更津ぽんぽこ園

あっという間に春が過ぎ去り、季節は梅雨に移り変わろうとしています。気候の変化ありますが、体調管理に気をつけながら晴れた日は外に出て思いきり体をうごかし遊びたいとおもいます。



今月の予定

- ・身体測定
 - ・避難訓練
 - ・内科検診
- 6/27 (月) 11時



虫歯予防デー



6月4日の、6・4の音にあわせ虫歯予防デーとしたのは1928年（昭和3年）で、現在では歯と口の衛生週間の第1日目となっています。

虫歯予防には、規則正しい生活をする事が大切です。食事の時間、おやつ時間をきちっと決めて、だらだらと不規則な生活をしないように習慣づけていきましょう。またよい歯質は、バランスの取れた食事から生まれます。1日30品目とるのは、なかなか難しいとは思いますが心がけていきたいですね。食べたあとは歯磨きを忘れずに。保育園では、給食やおやつあとの麦茶を飲むことで口の中の清潔を保つようにしています。

熱中症の危険があるとき

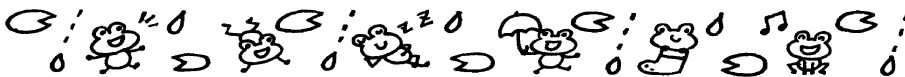
《気温が高い》
皮膚から熱が放出されにくくなります

《湿度が高い》
汗が蒸発しにくくなります

《水分不足》
体内の循環が悪くなって熱を放出しにくくなります

《急に熱くなった》
体が暑さに慣れていないため熱の放出がうまくいきません

熱中症を疑ったら
涼しい所へ移動し、衣服をゆるめて風通しをよくし、頭を低くした状態で寝かせます。塩分・糖分を含んだイオン飲料をこまめに少しずつ与えましょう。



おねがいします



子どもたちが心地よく過ごせるように汗をかいたらこまめに着替えを行います。そのため着替えはいつもより多めにご用意ください。

着替えにも名前を忘れずをお願いします。

