



園長だより

(58号)

園長 大串 すみゑ

【健康診断】

5月に今年初めての身体測定を行いました。子ども達がぐーんと成長した事が数字ではっきり解りますので子どもと共に成長を喜んでいきます。

また、6月2日に歯科検診、3日に内科検診を行い、お医者様に丁寧に診て頂きました。

6月4日～10日は、『歯と口の健康週間』です。歯科医の先生が、「5歳児は、ブラッシングの指導をしっかりとしましょう。就学前の子どもの歯は、一日一回は、親が磨きましょう。」とお話して下さいました。ぜひ実行して下さい。

栗島幼稚園では、食後の歯磨き指導と共に、「あ、い、う、べ」体操を毎日取り入れています。

あいうべ体操のやり方

この運動は、お口の問題だけでなく、たとえばアレルギー性疾患や便秘、顔のむくみなど様々な不快症状を改善する可能性があります。歯科治療の機会を通じて、試してみたいかがでしょうか。

口を大きく「あ〜」「い〜」「う〜」「べ〜」と動かします。

運動ですから、できるだけ大きにします。声は小さい方がやりやすいです。一日最低30セット（「あいうべ」が1セット）やってください。アゴが痛む方は、「い〜」「う〜」だけでも大丈夫です。



また、食育にも取り組んでいます。6月は、「食育月間」でもありますので、紙芝居や、絵本の読み聞かせなどで、子ども達に理解を図っています。毎月19日は、食育の日です。栄養のバランスの取れた食生活をご家庭でも考えるきっかけにして下さい。

【先生の報告書より】(年長組)

- ・初めてのスイミングでした。中には水が苦手な子もいましたが、楽しい雰囲気で行う事で、水に顔を付ける事をチャレンジしたり、笑顔を絶やさずに出来ていました。
- ・初めてのスイミングに、子ども達は、朝から大興奮でした。バスの中での約束・リリオに着いてからの約束も良く守る事ができ、プールでも充実した時間を過ごせました。
- ・初めてのスイミングでしたが、水を怖がる子はいませんでした。「もぐる」ということも全員出来、コーチもびっくりしていました。
- ・二回目のスイミングでした。子ども達は一度行った事が、大きな経験になりとても慣れた様子でした。しかし幼稚園の外へ出る事・車・自転車・人が沢山いる事など危険が多い事はしっかりと解ってもらえるよう、クラスでも、バスでも話し合いました。今日も無事に園に帰って来ることが出来て良かったです。

園児の歯みがきのポイント!

1 「こんにちは」のもち方



- ・下の奥歯
- ・前歯(外側)
- 力を入れずに小さくやさしく



「あーん」のお口で奥歯を10回(上下左右)



「いー」のお口で前歯を10回

2 「さようなら」のもち方



- ・上の奥歯をみがく

3 最後に仕上げ!

「奥歯のみぞ」や、「歯と歯の間」など、お子さんがみがきにくいところを手伝ってあげて下さい



この時期むし歯になりやすい、奥歯(DとE)の歯と歯の間には、週に1回はフロスの使用がオススメです。

6歳臼歯の6ちゃんをみがこう!



>> 6ちゃんの特徴

- ・大人の歯の中で一番大きく・力持ち
- ・歯ブラシが届きにくく、むし歯になりやすい。

6ちゃんみがきにチャレンジ!



- ・生えたての6ちゃんは背が低いよ! 歯ブラシを横から入れる練習をしよう!

「あだち版子どもの歯みがきマニュアル」より

年長組



丸山里佳 山本裕子
大須賀さなえ 向明戸彩